El canto del instante

El viaje de Leonie

Jérôme Zenastral

DEL MISMO AUTOR

Astrología y plena conciencia
Los doce estados de felicidad
Ensayo sobre la armonía universal
Los maestros de la no dualidad
¿Qué profesiones me convienen?
Astrología y elixires florales
Mi cuaderno de encuentros
Plutón, Neptuno y Plutón en astrología
Astrología y cultura
El tema astral: espejo de la psique cuántica
Ascendente ↔ Sol: 144 diálogos entre identidades y destinos
El mundo es lo que somos
La trinidad feliz
Los silencios de Saturno
Por una fraternidad entre el hombre y el animal
¿Qué dice la astrología sobre tu mascota?
El regreso de Cándido
La astrología: una ayuda para comprender mejor a su hijo
La dualidad masculino-femenino: una ilusión en el corazón de la Unidad
Astrología mundial
Los nodos lunares en astrología
Ceres en astrología
La Luna en astrología: reflejo de nuestra alma
El ascendente en astrología: ¿quién soy?
Los aspectos en astrología, tomo 1 y tomo 2
Astrología y famosos
Venus en astrología
Mercurio en astrología
Marte en astrología
El Sol en astrología
Júpiter en astrología
Urano en astrología
Neptuno en astrología

Plutón en astrología
Los asteroides en astrología
Quirón en astrología
Vesta en astrología
Juno en astrología
El asteroide Psique en astrología
Lilith en astrología
Los planetas retrógrados en astrología
Los signos interceptados en astrología
Manual de astrología: cursos y talleres

Para solicitar la versión impresa de los libros de Zenastral, utilice este enlace:

www.thebookedition.com/fr/48453_jerome-zenastral

o escanee

este CÓDIGO QR➔

SOMMAIRE

Prólogo 7
El eco de una mirada 9
¿Un Kairos llamado Antoine? 11
Los fantasmas del pasado 13
Las cadenas invisibles 15
Los muros del silencio 19
La audacia de un viaje 23
Ha llegado el momento 27
El choque de los sentidos, llegada a la India 31
Los ecos del mundo en el corazón del valle 33
El valle interior 37
El aliento del tacto 41
El silencio que une 45
Destellos de libertad 47
Las últimas estaciones del corazón 51
El santuario silencioso 53
El susurro de las noches 55
El fuego secreto de la montaña 59
Danza bajo la luna 63
La belleza de la impermanencia 67
Carta a Chloé 71
En el aliento de Shakti 73
Jyoti 77
El frágil umbral del regreso 81
Presencia en el exilio 83
El eco lejano de Cachemira 87
Lo que permanece 89
El equilibrio recuperado 93
El islote solitario como punto de anclaje 99
La fractura silenciosa 103
La danza solitaria del Chi 107

Los espejos de lo íntimo.....111
Retomar el hilo.....115
La llamada silenciosa.....119
Lo íntimo revelado.....123
El silencio tras las formas.....125
Allí donde el mundo ya no es un obstáculo.....129
Bibliografía.....133

Prólogo

Este libro es un viaje íntimo, una exploración sutil de ese camino a menudo invisible que conduce a la reconciliación con uno mismo: cuerpo, mente, presencia. Se eleva como un canto sin esperar eco. Pasa como una brisa ligera, sin meta ni rumbo. No es una aventura que haya que seguir, sino un despojo. Un abandono de los puntos de referencia, una ofrenda al instante.

No propone ni guía ni método. Invita. A acoger lo que es. A escuchar lo que se despliega en el silencio, en el aliento, en el espacio desnudo de la presencia.

Este relato es una poesía del instante, un eco de las búsquedas silenciosas que todos llevamos dentro. La sensualidad es aquí escucha. La soledad, densidad. El amor, presencia esencial.

Léonie se abandona a lo que está ahí. A lo más simple. A lo más desnudo. A veces luminoso, a veces atravesado por el dolor, siempre vivo. Su viaje no busca nada, pues lo que descubre no se encuentra ni en el mañana, ni en otro lugar.

El eco de una mirada

Era un viernes por la noche como tantos otros. Léonie se reunía con sus amigos en el pequeño bistró del distrito 11, con luz tenue y un murmullo discreto. Las paredes parecían guardar el eco de risas antiguas. Estaba sentada en su mesa habitual, un poco tambaleante, siempre la misma desde los años de estudios.

Los vasos tintineaban, las voces se entremezclaban. La vida, aquella noche, parecía flotar sobre un velo ligero.
Antoine estaba allí, por supuesto. Desde siempre, casi. Presente en las fiestas, los silencios, las salidas improvisadas. Un pilar del grupo, sin ser nunca el centro. Pero esa noche, en su mirada, algo había cambiado. Un matiz nuevo. Imperceptible para los demás. Léonie lo percibió como algo indescriptible que vibró en su interior, sin ruido, pero con intensidad

Cuando él le habló, incluso a través de una frase trivial, su corazón se aceleró sin previo aviso.

No supo si era él quien había cambiado, o si algo se había desplazado en ella. Una sensación extraña se instalaba — suave, cálida, casi inquietante. Cada vez que sus miradas se cruzaban, un calor ascendía. Discreto, pero real. No era ni excitación, ni un deseo claro. Era algo más difuso, más antiguo. Como si un recuerdo intentara despertar en los pliegues del tiempo.

Ella sonreía, participaba en la conversación, a veces se reía, pero todo en ella seguía volcado hacia esa sensación.

Un estremecimiento apenas audible. No quería interpretarlo.

Ni darle importancia. Solo sentir lo que le hacía sentir. Dejarse llevar.

Cuando salió de la cafetería, más tarde esa noche, el asfalto estaba mojado por una llovizna. París brillaba bajo las farolas. Caminaba, y el momento vivido permanecía suspendido en su interior, como un aliento apenas disipado. Algo aún velaba por su intercambio: una presencia silenciosa, cálida, que llevaba consigo como un secreto. Avanzaba, habitada por el eco aún vivo de la velada. A cada paso, parecía querer conservar en su interior el frágil rastro de aquel encuentro, como si su propio caminar -misma buscara prolongar ese momento para no dejar que se extinguiera.

Antoine había despertado una chispa, una llamada interior, una grieta discreta en la densidad de lo cotidiano.
Y por primera vez en mucho tiempo, Léonie sintió los primeros indicios de un retorno a sí misma.

¿Un Kairos llamado Antoine?

Los días se deslizaron como hojas por una brisa. París recuperaba su ritmo y Léonie, arrastrada por la corriente de sus obligaciones, retomaba el hilo de sus costumbres.

Sin embargo, en un momento de silencio, en medio del bullicio del metro o en plena reunión, el eco de una mirada regresaba. No como un recuerdo inmóvil, sino como una presencia ligera, una insistencia discreta que buscaba inscribirse en el tejido de su día a día. Lo que había conservado aquella noche no se había disipado. Aquello velaba, paciente, silencioso.

No habría sabido decir qué significaba. No era una obsesión. Más bien un canto interior, una vibración suave, continua, casi imperceptible.

Antoine siempre había estado ahí, una figura estable en su círculo de amigos. Pero desde aquella noche, parecía bañado por una nueva luz.

Se hacía preguntas. No sobre él, sino sobre esa parte de sí misma que su presencia había rozado. Una parte que había permanecido a la espera durante mucho tiempo, enterrada bajo las costumbres, las horas alineadas de su trabajo, los días tan ajetreados en los que uno se olvida de existir más allá de sus funciones.

Algo en ella había despertado: una atención a la dulzura, una apertura, una nueva disponibilidad para el instante, para las miradas, para la ternura del mundo.

No pretendía hacer de ello una historia. No había ningún guion, ni proyecciones. Solo esa pregunta muda: ¿y si se tratara de un kairos —uno de esos raros instantes en los que el tiempo abre una brecha, una posibilidad que se puede aprovechar … o dejar pasar?

Cuando lo volvía a ver, entre los demás, lo observaba, discretamente. Pero Antoine seguía siendo el de siempre, generoso, divertido, sin ningún rasgo distintivo. Nada venía a confirmar o desmentir lo que ella había percibido. A veces eso la desestabilizaba. Dudaba de sus percepciones, casi se reprochaba esa sensibilidad que creía demasiado aguda.

Pero la inquietud persistía. No se había cristalizado en deseo, todavía no. Flotaba como una promesa incierta. Quizá no fuera él, después de todo. Quizá fuera ella —ella, que empezaba a sentir de otra manera, a ver de otra manera.

Y en esa delicada confusión, también había alegría. Una alegría silenciosa, casi secreta. La de sentirse viva, de nuevo.

Los fantasmas del pasado

Una tarde cualquiera se alargaba bajo la luz apagada de una oficina. Los dedos de Léonie se deslizaban sin rumbo por el teclado, su mirada se detenía en líneas que en realidad no leía. El mundo parecía estar en pausa. Y fue allí, en ese intersticio invisible de lo cotidiano, donde una imagen se impuso ante ella. Sin previo aviso. Sin razón.

Las baldosas relucientes de una piscina municipal. El olor acre del cloro. La humedad suspendida en el aire, saturada de gritos de niños y del eco del agua. Quizá tenía catorce años. Quizá quince. Una edad suspendida, incierta. En el borde de la piscina, un chico. Con las piernas en el agua. Silencioso. La mirada perdida. Y entonces, ese momento: sus ojos se cruzaron. Nada insistente. Pero esa mirada había depositado en ella algo nuevo. Una confusión. Una conciencia.

Se veía a sí misma, cruzándose los brazos sobre el pecho en un gesto instintivo, como para protegerse de un escalofrío inesperado. Aquel día, no lo había entendido. Ni siquiera había sabido ponerle palabras. Pero se había abierto una brecha. Ahora sabía que era visible. Y en ese espejo, había empezado, tímidamente, a verse a sí misma.

Aquella escena no la había olvidado. Simplemente la había dejado alejarse, como tantas otras, en la niebla de los veranos pasados. Y he aquí que regresaba, hoy, con una nitidez inquietante. No como un recuerdo anodino, sino como una señal. Una clave.

D ’otras imágenes afloraron. Las fiestas del instituto. Los bailes lentos y torpes, las luces de colores proyectadas en las paredes, las miradas esquivas, los gestos vacilantes. Volvía a ver esos bailes tímidos, las manos que buscaban, los silencios cargados de tensión, la espera sorda de un estremecimiento. La inocencia de un deseo aún desconocido.

Entonces sintió una oleada de dulzura invadirla. Una ternura infinita por aquella joven que había sido. Silenciosa, torpe, en el umbral de tantas cosas que no había sabido vivir. Una joven que ya intuía, en la confusión de una mirada o en el calor de una mano, los primeros indicios de una sensualidad apenas esbozada, pero muy real.

No eran recuerdos como los demás. Eran huellas —sensibles, vivas— de una presencia en el mundo que había enterrado sin darse cuenta.

Y aquel día, en la calma de su despacho, Léonie comprendió algo. No había nada que inventar, nada que construir. Lo que buscaba ahora, lo que Antoine había despertado, ya estaba ahí. Desde siempre.

Las cadenas invisibles

Otros recuerdos de su infancia volvían a veces para atormentarla, fragmentos oscuros y dolorosos que había reprimido durante mucho tiempo. La figura de su tío, antes familiar y tranquilizadora, se teñía ahora de una sombra amenazante. Un día, había traspasado un límite. Ese gesto, oculto bajo pesados silencios, había roto algo en ella. Desde entonces, una maraña de miedos, bloqueos y confusión había ido entorpeciendo poco a poco su relación con su propio cuerpo, y más aún con su sexualidad.

Había hablado de ello, unos años antes, con una psicóloga. Fue un trabajo lento, doloroso, pero necesario. Poner palabras a lo que nunca se había atrevido a nombrar le había permitido aligerar un poco el peso, desatar los primeros nudos. Durante un tiempo, había creído haberse liberado de ello.

Pero a medida que una nueva sensibilidad comenzaba a brotar en su interior —como un estremecimiento apenas perceptible—, descubría que ciertas heridas no se cierran sin más. Se estancan en lo más profundo y resurgen a veces justo cuando uno cree que va mejor.

El deseo, esa ola aún incierta, despertaba en ella una ansiedad difusa. La idea de un contacto, de una intimidad compartida, despertaba viejos ecos. No se trataba de un recuerdo consciente, sino de una alerta grabada en el cuerpo, de un reflejo de desconfianza ante lo que, para otros, parecía algo natural.

Se sentía culpable de esa ambivalencia. Una parte de ella anhelaba la conexión, el calor de otra persona, el escalofrío de un acercamiento. Pero otra, profundamente herida, permanecía a la defensiva, como si amar o ser amada físicamente implicara un peligro. Esos impulsos incipientes solían ser saboteados desde dentro, sin que ella lo quisiera realmente.

A veces se juzgaba con dureza. Se reprochaba esa incapacidad para abrirse plenamente, para vivir esa parte de sí misma que, sin embargo, comenzaba a despertar. Pero en el fondo, sabía que esas cadenas invisibles no se rompen ni con la voluntad, ni con la sola razón. Requieren tiempo. Y una inmensa benevolencia hacia una misma.

La complejidad de su vida como mujer residía ahí: una sed aún tímida de vínculo, constantemente contrariada por el recuerdo de un pasado turbulento. No se trataba de un simple bloqueo. Era una delicada alquimia entre su historia emocional, la memoria sensorial de su cuerpo y su capacidad para confiar —en el otro, pero sobre todo en sí misma en la intimidad.

Desde su encuentro con Antoine, una puerta se había entreabierto. Cada nueva sensación, cada estremecimiento inesperado, era escrutado con una vigilancia ansiosa. El deseo naciente, en lugar de embriagarla, despertaba una especie de culpa, como si traicionara una vieja orden silenciosa.

El camino hacia la libertad física y emocional seguía siendo largo, sinuoso y plagado de escollos. Léonie apenas

comenzaba a vislumbrar la posibilidad de otra relación con su cuerpo, menos sometida al miedo, más abierta al placer de los sentidos. Pero el recuerdo del pasado seguía ahí, acechando como una sombra, recordándole la fragilidad de esa apertura.

Ahora sabía que su curación no sería lineal. Exigiría tiempo, una infinita dulzura hacia sí misma y la aceptación paciente de esa complejidad íntima: la de un deseo aún vacilante, moldeado por la luz temblorosa del presente y la sombra persistente del pasado.

Los muros del silencio

La sombra del abuso sufrido en la adolescencia se había extendido por la vida de Léonie como una niebla tenaz y silenciosa, infiltrándose en los recovecos de su intimidad. Ese antiguo trauma había resquebrajado su capacidad de confiar, alterando profundamente su relación consigo misma y con los demás. En cuanto un vínculo se profundizaba, el miedo surgía, subterráneo, llevándola de vuelta a esa frontera traspasada demasiado pronto, demasiado violentamente.

Le hubiera gustado sentirse libre para amar, para dejarse acercar, para bajar la guardia. Pero la simple idea de desnudarse, de abandonarse a la ternura de otro, despertaba en ella una desconfianza visceral. Se sorprendía a sí misma saboteando, sin quererlo realmente, cualquier intento de acercamiento sincero. Incluso los gestos más bienintencionados podían despertar en ella una tensión interior, un retraimiento silencioso.

Ante esta fragilidad, Léonie había forjado un refugio en el dominio de sí misma. Su inteligencia, su eficacia, su capacidad para anticiparse, organizar y sobresalir la habían convertido en una profesional respetada. Ese mundo estructurado le permitía existir sin ponerse en peligro. En el éxito había encontrado una forma de reparación, de valoración segura, allí donde la emoción seguía siendo un terreno inestable.

Su apariencia, aunque dulce y luminosa, atraía las miradas. Pero esas miradas, lejos de complacerla, la incomodaban.

Nunca sabía si realmente veían o si solo adivinaban la superficie. Cada cumplido le parecía traspasar un límite no consentido. Respondía con elegancia, por supuesto, pero por dentro se cerraba. Otra vez.

Esta paradoja cavaba en ella una soledad tenaz. No había elegido aislarse del amor. Era una adaptación. Una forma de protegerse, silenciosa y profunda. Y, sin embargo… en el corazón de ese cierre, algo en ella no pedía más que vivir. Una parte intacta, delicada como una llama, persistía. Anhelaba la dulzura. El abandono, pero sin vértigo. Un contacto que no se aferrara, sino que acogiera.

Ese estremecimiento era aún discreto. Se revelaba por momentos. Una palabra que resonaba extrañamente. Una sensación que duraba más de lo previsto. Era tenue, casi irreal. Pero volvía, a veces, como una música que creemos conocer.

Era un presentimiento. Una apertura, apenas entreabierta. Pero a su alrededor, el miedo velaba. La sombra del pasado se interponía entre ella y lo posible. La luz parecía cercana, pero aún inaccesible.
Sabía que ninguna voluntad bastaría. Necesitaría una mirada que supiera esperar. Una presencia que no forzara nada. Un espacio sin exigencias.

Entonces, tal vez su cuerpo, tan a menudo paralizado, se atreviera a un movimiento. Un nuevo aliento. Una forma de habitar lo íntimo sin temor.

El camino sería irregular, sinuoso. Un paso adelante, luego dos atrás. Pero algo en ella —más fuerte que el silencio, más antiguo que el miedo

—parecía dispuesta a renacer. No de golpe, sino a través de minúsculos fragmentos. Y si ese renacimiento llegara a producirse, sería ante todo en un espacio de dulzura, de respeto y de escucha.

La audacia de un viaje

El verano se prolongaba en París como un suspiro contenido. A su alrededor, todo parecía ralentizarse: las aceras ardientes, las contraventanas entreabiertas, los silencios prolongados. Y en su interior, una extraña nostalgia. No la de un lugar, ni siquiera de un recuerdo. Una ausencia sin nombre, difusa, que la atravesaba en oleadas.

Algunas noches, la sentía con más intensidad. Se quedaba allí, frente a la pantalla, haciendo desfilar imágenes, palabras, sin buscar realmente nada. Como si su mirada esperara cruzarse con algo que no sabía formular. Un «allá» tal vez. Una verdad, o el eco de una verdad perdida.

No era consciente de ello. No intentaba comprenderlo. Pero había, en el fondo, esa sensación sorda de que una parte de sí misma tenía sed.

Esta noche, fue una fotografía la que la detuvo: un valle alto y claro, envuelto en una luz dorada pálida, entre dos cadenas de montañas inmóviles. Reinaba la paz. Debajo, las palabras: *Curso de yoga tántrico – Cachemira*.

Había algo ahí. En la sencillez de la imagen. En esos términos: *sensualidad sagrada, aliento, despertar del cuerpo*. Como una resonancia olvidada, una cuerda antigua que se roza sin tocarla.

Cachemira… No sabía situarla con precisión, pero el mero nombre le provocaba vértigo: distancia, silencio,

austeridad. En cuanto al tantrismo, solo tenía una idea difusa: nada esotérico, solo esa impresión de un posible vínculo entre el cuerpo y el instante, sin conquista ni promesa. Eso no le decía lo que iba a encontrar, pero abría una brecha. Y esa brecha respiraba.

Los días siguientes, caminaba por París como si sus pasos ya se deslizaran hacia otro lugar. En el Barrio Latino, una tienda tibetana la atrajo. Entró casi sin darse cuenta. El olor a incienso mezclado con madera gastada le dio la sensación de un otro lugar contenido entre cuatro paredes. Se quedó un buen rato ante los objetos, hasta que un libro, colocado allí como por descuido, le llamó la atención. *Viaje de una parisina a Lhasa.* Lo abrió y leyó unas líneas. Las sencillas palabras de de Alexandra David-Neel, colocadas con precisión, la conmovieron.

Las palabras de esta mujer, que había traspasado las fronteras del mundo y de sí misma, la conmovieron. No había discurso, solo descripciones claras, paisajes, gestos, una soledad habitada. Esto despertó en Léonie un antiguo deseo: el de abandonar sus puntos de referencia, no para huir de ellos, sino para escuchar algo diferente.

De por sí prudente, apegada a lo que conoce, se sorprendió respondiendo a esa llamada interior. No se trataba de un proyecto de transformación, ni de un nuevo capítulo por escribir. Era algo más sutil. Algo en su interior sabía que otro modo de vida, más justo, más silencioso, esperaba ser descubierto..

Paso a paso, se organizó. Un vuelo. Un alojamiento sencillo. Un correo electrónico al centro. Leía sin avidez, se informaba sin proyectarse. Cada gesto, cada paso, parecía responder a un acuerdo profundo.

Se imaginaba en los valles de Cachemira, en esos silencios suspendidos entre dos respiros. Veía los gestos lentos del yoga, el frío puro de las mañanas claras.

A veces afloraban algunas dudas. Se iría sola. Se sumergiría en un mundo desconocido, sin puntos de referencia. Pero esas preguntas no la frenaban. Simplemente dibujaban los contornos del salto que estaba por venir.

Ella preparó su maleta con parsimonia. Poca ropa. Un chal fino. Un cuaderno. Y el libro de Alexandra, como un hilo entre dos feminidades viajeras. Lo que realmente llevaba consigo no cabía en ningún equipaje: una disponibilidad, una nueva permeabilidad, una ausencia de expectativas.

La víspera de la partida, permaneció sentada mucho tiempo junto a la ventana. París ya parecía lejana. Las estrellas, que observaba en el cielo familiar, le parecían guías mudas —las mismas, tal vez, que encontraría allí, al otro lado de la Tierra.

No sabía lo que ese viaje iba a revelar. No esperaba ni una transformación espectacular ni consuelo. Se iba como quien responde a una invitación sin nombre.

Ha llegado el momento

No había dicho nada, en realidad. Solo había dejado escapar unas pocas palabras, entre dos silencios, en medio de una conversación.

Pero aquella mañana, frente a Sophie, su amiga más cercana, ya no había rodeos.

«¿De verdad te vas?»

La voz era suave, pero un poco tensa, como si quisiera retener algo. Una ligera inquietud atravesaba sus rasgos, posada allí, en el discreto pliegue de sus cejas. Léonie asintió con la cabeza. Su sonrisa tenía la fragilidad de una mañana brumosa. No era un «sí» triunfal. Más bien una aceptación silenciosa de algo más grande que ella.

«Cachemira… ¿está lejos, ¿no?».

Lejano, sí. Y, sin embargo, más cercano que todo lo que había conocido. Lejos de las costumbres, de los rostros familiares, de los pasos marcados en las aceras que ya no necesitaba mirar para avanzar.

Le costaba poner palabras a esa necesidad. No era ni una huida, ni una búsqueda bien definida. Más bien un deslizamiento. Una respuesta muda a una llamada difusa. Como si una parte de ella, contenida desde hacía mucho tiempo, quisiera por fin respirar. No para comprender. Solo para sentir.

«Creo que… necesito encontrarme a mí misma donde aún no me conozco», dijo por fin, con las manos alrededor de la taza, como para anclar su vacilación en algo cálido.

Sophie la escuchaba sin responder de inmediato. Su mirada oscilaba entre la ternura y la cautela.

«¿No crees que idealizas… la India, Cachemira… no siempre es como en los libros».

Léonie lo sabía. Había leído los relatos, los relatos crudos, no los folletos. Conocía las calles abarrotadas, las miradas insistentes, los contrastes vivos, la lentitud a veces desconcertante del mundo de allí. Pero a pesar de eso —o quizá precisamente por eso— se tendía un hilo entre ella y aquella tierra. Algo que no entendía, pero que ya no quería ignorar.

«Quizá lo idealizo…», murmuró. Luego levantó la vista. «¿Y si no fuera una ilusión? ¿Y si fuera… una forma de acercarme a aquello que, en mi interior, aún no ha tenido espacio para existir?»

La pregunta quedó en el aire. Ni pesada ni ligera, pero viva. ¿Quién no había sentido nunca esa nostalgia, esa intuición de que existía otro camino —más verdadero, más exigente, pero también más vibrante?

Léonie se preguntó si Sophie —o otros— habían oído ya esa llamada. Ese momento preciso en el que la necesidad de partir se vuelve más fuerte que la de quedarse. En el que

el miedo a lo desconocido es barrido por la sed de un más allá interior.

No tenía respuestas. Solo esa urgencia sorda, esa sutil certeza de que había llegado el momento.

Miró a Sophie. En sus ojos había ese reconocimiento mudo que se ofrece a quienes se disponen a cruzar un umbral. Quizás un atisbo de miedo, sí. Pero también, una luz discreta. Como si, a pesar de todo, ella lo entendiera.

Léonie ya no esperaba aprobación.

Había llegado el momento.

El choque de los sentidos, llegada a la India

El aterrizaje en Nueva Delhi fue una inmersión sensorial de una intensidad sin precedentes. Nada más salir del aeropuerto, Léonie se vio envuelta por el tumulto. Los sonidos, los olores, los colores parecían brotar de todas partes a la vez. La ciudad bullía. Cláxones, gritos, vendedores ambulantes, coches y rickshaws que se cruzaban en un caos vibrante. Se sintió minúscula, casi abrumada, como atrapada por un mundo que nunca se detenía. Cada rostro con el que se cruzaba llevaba consigo una historia, cada gesto tenía su lugar en esa coreografía caótica. Avanzaba lentamente hacia su hotel, llevada por la marea de la calle, aún un poco aturdida pero curiosa por todo.

Al día siguiente, el tren que la llevaba hacia el norte prolongó esa sensación de extrañeza viva. El vagón estaba lleno, ruidoso, vibrando bajo el balanceo del metal. El olor del té hirviendo, los aromas de las especias, los platos compartidos sobre las rodillas, las miradas furtivas y los rostros hermosos conferían al trayecto una calidez inesperada. Por la ventana, los paisajes cambiaban: campos, búfalos, niños que corrían junto a las vías. Una India más tranquila, más terrenal, se revelaba lentamente.

Luego llegó la carretera hacia Cachemira, sinuosa, escarpada, aferrada a la ladera de la montaña. Dentro del autobús, la gente hablaba, dormía, guardaba silencio.

Léonie Ya no buscaba saber adónde iba. Ya no buscaba nada. Estaba allí.

Simplemente allí.

El cuerpo vibrando de cansancio e intensidad. El corazón ralentizado. Algo en su interior se asentaba. Como si, por primera vez en años, hubiera dejado de mantenerse a distancia.

Una extraña paz se instalaba en ella, en medio mismo de aquel tumulto.

En su cuaderno, no contó nada. Escribió unas pocas líneas, apenas palabras. Un poema sin forma, surgido sin querer decir nada.

Los ecos del mundo en el corazón del valle

El centro no tenía nada de espectacular. Unas pocas paredes sobrias de piedra clara, tejados planos fundidos con la montaña, un jardín de hierbas silvestres y ese silencio, vibrante, casi antiguo.

Un murmullo se elevaba en algún lugar, llevado por el viento. Una oración, tal vez. O simplemente el suave murmullo de un mundo que no fuerza nada.

En la puerta, una mujer la esperaba. Pequeña, con el pelo recogido en un moño flexible, le ofreció un «Namaste» tan envolvente que parecía abrir un espacio en su interior. Se llamaba Devi. Su mirada brillaba con una alegría tranquila, casi infantil. Pero lo que conmovía a Léonie era su manera de estar allí: íntegra, presente, sin contornos.

Caminaron juntas por los senderos de piedra. Sin grandes discursos. Solo unas pocas palabras, sencillas. Aquí, decía Devi, no se venía a cambiar. Se venía a sentir. A volver al cuerpo, a la respiración. Sin dogmas, sin promesas. Solo un espacio acogedor.

A lo largo de los primeros días, Léonie descubrió una comunidad inesperada. Rostros procedentes de Europa, América, Asia. Todos reunidos allí sin parecerse realmente entre sí. Una abogada neoyorquina en busca de un respiro fuera del ritmo frenético del éxito. Un profesor de yoga berlinés, silencioso, pero con ganas de desaprender. Un artista japonés fascinado por los gestos lentos y los rituales antiguos.

Lo que llamaba la atención de Léonie era su libertad de expresión. Sus palabras no contenían veredictos ni intenciones ocultas. Las conversaciones iban desde la meditación hasta la cocina india, desde la memoria del cuerpo hasta las fronteras de lo íntimo. Aquí no había necesidad de justificarse ni de explicar lo que había venido a buscar. Simplemente estaba allí, como los demás. Ni más en busca, ni más perdida.

Una noche, alrededor de una hoguera, cada uno contó un poco de su historia. Un hombre de Australia evocó sus vértigos de ansiedad y el extraño alivio que había encontrado en la lentitud. Una mujer brasileña habló del silencio que había aprendido a imponer sobre las antiguas imposiciones, aquellas que habían enturbiado su relación con la ternura.

Léonie escuchaba. No tenía nada que contar, o al menos no todavía. Pero esas voces, esos fragmentos, despertaban en ella un sentimiento de cercanía —no con sus trayectorias, sino con su manera de vivir su vulnerabilidad sin miedo ni énfasis. Eso le hacía bien.

No era una comunidad de investigadores, ni de sanadores. Más bien una constelación provisional de existencias, suspendidas aquí unos días, al abrigo del tumulto. Cada uno venía con sus gestos, sus ritmos, sus silencios. Y en esa tranquila pluralidad, Léonie descubría que su sensualidad, relegada durante mucho tiempo a los márgenes de su vida, no necesitaba ser explicada ni transformada. Simplemente podía estar ahí, sutil y sin tematizarse.

El Cachemire era un espejo silencioso. No prometía nada. No curaba nada. Reflejaba.

Y ese reflejo bastaba. Para que ella pudiera, por fin, permanecer allí. En lo que sentía. Sin rodeos.

El valle interior

La mañana amanecía sobre el valle, bañada de luz y altitud. El aire estaba cargado del olor de los pinos y de la tierra aún húmeda. Las montañas, majestuosas y silenciosas, velaban por el verde valle como antiguos guardianes.

Desde su llegada, Léonie se sentía envuelta por una atmósfera de dulzura, hecha de lentitud y silencio atento. Una espiritualidad discreta, casi susurrada, impregnaba el lugar.

Desde la primera sesión, los organizadores del curso establecieron el marco: respeto, escucha, atención al otro. Las prácticas de masaje tántrico en pareja exigían una presencia auténtica, una transparencia en el gesto y en la intención. Animaron a cada uno a elegir a su pareja no por afinidad racional, sino por intuición, por resonancia.

Léonie, un poco nerviosa, dejó que su mirada se deslizara por los rostros. Entonces se cruzó con la de un hombre sentado ligeramente apartado. Tenía una mirada tranquila y profunda, una dulzura casi silenciosa. Cuando él le sonrió, fue como una evidencia tranquila. Se llamaba Rohan.

Había, en su manera de estar allí, algo de de arraigo. Una calma sin rigidez. Un espacio vasto más allá de las palabras. Se saludaron, con las manos unidas, en un silencio cargado de una primera sonrisa interior.

Los primeros días transcurrieron, marcados por los saludos al sol frente a las montañas, las meditaciones al son cristalino de los cuencos tibetanos y las enseñanzas sobre el ayurveda. Léonie y Rohan se encontraban a menudo. No porque se buscaran, sino porque se encontraban. De forma natural.

Luego llegó el momento de las excursiones, pensadas para que las parejas se descubrieran fuera del marco formal. Caminaron juntos, entre rododendros silvestres y cascadas frescas, adaptándose al ritmo lento de la montaña. Las conversaciones eran al principio sencillas, casi triviales: la belleza de los paisajes, la limpidez del aire. Pero poco a poco se fue instalando una confianza fluida, natural. Compartieron fragmentos de sí mismos, recuerdos, sueños apenas formulados.

Rohan se revelaba a pequeños toques. Una atención delicada, un gesto ofrecido sin ostentación, una mirada posada sin insistencia. Léonie se sorprendía a sí misma atenta a esas señales, abriéndose a esa presencia discreta que parecía escucharla más allá de las palabras. Sus carcajadas, espontáneas, aligeraban los silencios. Entre ellos había una especie de espacio seguro, acogedor, donde nada parecía forzado.

En la cima de una meseta, se sentaron. El mundo se extendía a sus pies, inmenso y tranquilo. Rohan habló de una antigua leyenda, una historia de montañas que se aman sin tocarse, separadas por el valle para contemplarse mejor. Su voz se mezclaba con el viento, con la luz. Léonie

ya no sabía si era la historia o el momento lo que la conmovía.

Su complicidad se había tejido como un hilo de oro, fino y sólido. Al final de la caminata, un roce de sus manos provocó un escalofrío inesperado en Léonie, un estremecimiento que no habría sabido nombrar. Aún no había gestos más atrevidos, pero sí un lento aumento de intensidad, un sutil acuerdo entre los cuerpos, las miradas, los silencios.

La naturaleza había cumplido su papel. La excursión de aquel día fue una sinfonía sensorial. El aroma azucarado de las flores silvestres, la caricia del sol sobre su piel, la suavidad de la hierba sobre la que se tumbó un instante… Todo parecía vibrar con una sensualidad sencilla, generosa, casi inocente.

En el camino de vuelta, una ráfaga de viento levantó el chal que llevaba sobre los hombros. Le rozó la nuca. Fue casi nada. Y, sin embargo, una onda le subió por la columna vertebral, suave y vibrante. Se estremeció sin comprender. Su cuerpo no pedía nada. Solo escuchaba.
A su lado, Rohan guardó silencio. Pero en su mirada, ella percibió algo en sintonía. Él también lo había sentido. No el deseo en el sentido conocido, sino ese susurro naciente, esa onda discreta, ese *sí* tímido que se invitaba entre ellos.

Su complicidad era un terreno frágil. Aún no se había dicho nada, pero todo despertaba. Una respiración contenida, una espera silenciosa. Léonie sentía la llamada, pero en su interior velaba la modestia. No por miedo, sino

por respeto a lo que estaba naciendo. Quería mantener intacta la frescura de ese escalofrío. No precipitarlo.

El aliento del tacto

En la habitación había una luz suave, casi irreal, como si el día dudara en entrar. Las paredes claras reflejaban los destellos cambiantes de las velas, y el aire, impregnado de jazmín y sándalo, vibraba con una paz silenciosa. Nada parecía querer perturbar ese momento suspendido. Léonie se sentó con las piernas cruzadas sobre el colchón en el suelo. Frente a ella, Rohan. El mundo exterior se había desvanecido. Solo quedaba ese soplo entre ellos, esa lentitud sagrada.

El aceite templado esperaba, depositado en una pequeña copa de cobre. Brillaba tenuemente, como un secreto apenas confiado. Sus miradas se cruzaron sin insistencia. Lo sabían. No con la cabeza. Sino con esa parte más profunda, que reconoce sin comprender.

El masaje comenzó sin palabras, como un antiguo ritual redescubierto. Las manos de Rohan rozaron la piel de Léonie con una lentitud casi desconcertante. Sin gestos aprendidos, sin búsqueda de efectos. Solo un soplo que pasaba de los dedos a la piel, de la piel al aliento. Cada movimiento parecía responder a una escucha sutil, invisible.

No se trataba de un masaje para relajar o aliviar. Se inscribía en una tradición milenaria, la del tantra cachemir, donde el cuerpo se considera un templo y el tacto, una oración silenciosa. Cada gesto se convertía en ofrenda, sin fin, sin expectativa.

Bajo sus dedos, el cuerpo de Léonie se convertía en territorio vivo. No un lugar que conquistar, sino un lugar que escuchar. Allí donde había tensión, Rohan se detenía, como si esperara el consentimiento del silencio. Léonie, por su parte, permanecía anclada en su respiración. No buscaba ni placer ni liberación. Acogía. Lo que subía, lo que pasaba, lo que quedaba. Un escalofrío. Un calor suave. Una vibración desconocida. No se evadía en la sensación. Se habitaba en ella.

Luego llegó el momento de invertir los papeles. El silencio entre ellos se hizo aún más denso, como si el simple hecho de cambiar de gesto exigiera otra forma de escuchar. Léonie tomó el aceite entre sus manos, calentó unas gotas y luego las posó sobre la piel de Rohan. No sabía cómo hacerlo, pero eso no importaba. Sus manos se movían, guiadas por algo más grande que ella.

Tocaba con recato. Con lentitud. A veces con la yema de los dedos, a veces con toda la palma. Descubría la textura de un cuerpo que nunca había visto desnudo, pero que le resultaba familiar, en su densidad, en su calor. No estaba dando un masaje a un hombre, estaba entrando en conexión. Con cada movimiento, sentía que su propia respiración se sintonizaba con la de Rohan, y se abría un espacio, sin meta, sin expectativa.

No había técnica. Nada que lograr. En lo que la tradición a veces llamaba «el tacto sin intención», Léonie descubría un gesto libre, que escuchaba más de lo que daba, que recibía más de lo que dirigía.

Sus miradas, cuando se cruzaban, no buscaban nada. Ni fuego, ni tensión. Un reconocimiento tranquilo, depositado allí como una ofrenda. No se seducían. Se encontraban, otro lugar.

Ese momento no prometía nada. No dibujaba el después. No era el preludio de un impulso carnal, ni el anuncio de un amor. Estaba enteramente contenido en el instante. En esa presencia pura, esa ofrenda silenciosa donde el aliento cobraba cuerpo.

Léonie sintió entonces algo inédito: una sensualidad sin objeto, sin proyección. Una sensualidad como un canto interior. Algo íntimo y abierto, infinitamente sencillo. Había cruzado un umbral, sin esfuerzo. Se había dejado atravesar. Y en ese contacto lleno de vida, había sentido, quizá por primera vez, que su cuerpo podía ser un santuario. No para defender. Para honrar.

El silencio que une

La tarde caía lentamente, como un delicado velo deslizado sobre el día. En la sala de meditación, la luz de las velas dibujaba cálidos reflejos en las paredes, y los aromas amaderados se mezclaban con el aire tranquilo. El viento hacía temblar el follaje en el exterior y, a veces, un crujido de la madera venía a recordar que la noche, ella también, tenía su voz.

Léonie solía sentarse apartada, atraída por los rincones discretos, donde el silencio parece aún más vasto. No buscaba aislarse, solo a sumergirse por completo en ese espacio suspendido. Y, sin embargo, invariablemente, Rohan encontraba un punto de anclaje cerca de ella. No pegado. Justo lo bastante cerca como para que su presencia fuera perceptible, sutil, como una estrella en el horizonte. No había gestos intercambiados, ni miradas prolongadas. Pero algo circulaba. Una paz, una vibración ligera. Como si dos alientos entraran en resonancia sin mezclarse jamás, respetuosos de su autonomía, pero cómplices en lo invisible.

Aquí, ya no había nada que hacer. Nada que decir. Solo estar. Y en esa desnudez del instante, florecía una forma de intimidad, aún más profunda que la de los cuerpos en contacto. Una intimidad que no pasaba ni por el tacto, ni por las palabras, sino a través de un silencio pleno, habitado, vibrante.

A veces, afloraban recuerdos. La primera mirada intercambiada. La mano posada con cuidado sobre una

piedra durante un paseo. El silencio apacible de un masaje. Léonie acogía esas imágenes sin retenerlas, como se acoge un reflejo en el agua. No había nostalgia, ni proyecciones. Solo la gratitud de haber vivido aquello.

Y luego, al final de la meditación, sus miradas se cruzaban a veces. Solo un instante. Un suspiro. Sin mensaje, sin intención. Un simple espejo, claro y apacible, en el que cada uno se veía reconocido. No se trataba de apego, y mucho menos de un proyecto. Su vínculo no pedía nada. Existía por sí mismo, en la claridad de una presencia ofrecida.

Cuando Rohan le dirigía, al final de la meditación, una sonrisa discreta, Léonie la recibía como un bálsamo. No exigía respuesta. Simplemente confirmaba lo que ya estaba ahí: una forma de respeto silencioso, una ternura sin posesión, una complicidad nacida de la escucha compartida.

Esas veladas meditativas eran como paradas en el tiempo. Ni expectativas, ni conclusiones. Solo la sensación de que sus almas, más allá de los cuerpos, se habían reconocido. Y que eso bastaba.

Destellos de libertad

Estaban allí, a su alrededor, resplandecientes de juventud y audacia, atravesados por un fuego que ella reconocía sin haberlo nombrado nunca del todo. Léonie los observaba, no como se mira un mundo ajeno, sino como se escucha una música nueva, desconcertante a veces, pero cuyas notas tocan el corazón.

El centro, perdido en la suave luz del Cachemira, parecía haberse convertido en un santuario en movimiento para esas almas en busca de la verdad. Cada rostro llevaba las huellas de una historia que aún se estaba escribiendo. Y, sin embargo, en sus ojos, ella leía esa misma intensidad que la de los antiguos buscadores —pero sin dogmas, sin miedo, con una desnudez alegre.

Estaba Chloé, rebelde y risueña, el azul de su cabello vibrando como una bandera de libertad. Hablaba sin rodeos del deseo, de relaciones sin ataduras, de su forma de amar como un camino de honestidad radical. Estaba Samir, todo dulzura contenida, cuyos silencios decían más que las palabras. Exploraba su cuerpo como un refugio, un lugar donde la mente pudiera por fin descansar. Y Maya, intensa, impredecible, cuyo baile parecía atravesado por todas las tormentas del mundo —un cuerpo vivo, entregado, nunca inmóvil.

Léonie los escuchaba. No buscaba comprender. Simplemente dejaba que resonara. Esas palabras, esos gestos, esa negativa a dejarse encerrar… despertaban en ella algo profundamente familiar. No era nostalgia, sino

reconocimiento, un recuerdo antiguo de un deseo silenciado durante demasiado tiempo: el de ser plenamente uno mismo, libre de toda expectativa.

Una noche, las conversaciones se hicieron más intensas, más ardientes también, en la intimidad acogedora de un círculo improvisado tras un taller de movimiento.

«Para mí, el deseo es un grito de vida», decía Maya. «Es reapropiarse del propio cuerpo, volver a habitarlo. Es político, sí, pero sobre todo íntimo. »

Chloé continuó con ese fuego tranquilo que la caracterizaba: «Nos quitamos los trajes que nos han hecho llevar. Tropezamos, dudamos, pero queremos amar de verdad. Sin tener que marcar casillas».

Y Samir, con un susurro casi imperceptible, ofrecía la conclusión: «Cuando volvemos a la sensación, al estremecimiento del instante… ya no hay nada que demostrar. Dejamos de contarnos historias, empezamos a sentir».

Léonie acogía sus palabras sin defensas. No chocaban. Abrían. Algo en ella se relajaba, se flexibilizaba. Esos jóvenes no venían a desafiar el orden establecido, lo atravesaban con gracia, a veces con rabia, pero siempre con sinceridad. No tenían miedo de mostrarse vulnerables, desorientados, en camino.

Ella no buscaba seguir su ritmo, ni adoptar sus palabras. Pero en su ímpetu, encontraba el suyo. En su valentía,

sentía que su propia audacia se despertaba, más suave, tal vez, pero igual de auténtica.

Lo que veía en esa juventud era un rechazo a las fronteras rígidas, un amor por la vida en todas sus formas. No estaban en guerra contra el mundo: bailaban con él, aunque a veces hubiera que quemar los viejos mapas.

Entonces Léonie respiraba más libremente. Algo en su interior se relajaba. Su cuerpo, antes tan reprimido durante tanto tiempo, parecía escuchar de otra manera. Menos retraído, más presente. Ya no se trataba de comprender o imitar, sino de dejar que se abriera en ella esa misma pulsación: la de una libertad desnuda, sensible, a flor de piel.

Y en esa vibración compartida, sentía que las edades, las formas, las palabras importaban poco. Lo que contaba era el impulso. Ese movimiento interior que, de un corazón a otro, decía simplemente: *Sé*.

Las últimas estaciones del corazón

Léonie también dirigía su mirada hacia otros rostros, más marcados por los años. Los miraba con una ternura especial, como se mira un mar en calma tras la tormenta. En el centro tántrico, las generaciones se cruzaban sin tropiezos.

Catherine, por ejemplo, antigua profesora de letras, había atravesado cuarenta años de vida conyugal. Una unión estable, sin tumultos, que se había apagado suavemente apagado, como una lámpara cuya llama se apaga sin ruido. No había venido en busca de un nuevo comienzo amoroso. Lo que buscaba era un espacio. Un lugar donde su cuerpo pudiera volver a encontrar su sitio, donde su deseo, envueltro en silencio durante tanto tiempo, pudiera expresarse sin justificaciones.

— *Durante mucho tiempo*, le había confiado a Léonie en un recodo del sendero, *creí que todo eso había quedado atrás. La menopausia, la marcha de los hijos... todo parecía haber concluido. Pero aquí, algo se ha reabierto. Una dulzura, un calor. No una pasión desenfrenada, no. Más bien una presencia que se infunde, una flor tardía alimentada por todas las estaciones ya vividas.*

También estaba Jean-Pierre, viudo, antiguo ingeniero, cuya vida había estado hecha de lógica, de responsabilidades, de moderación. Hablaba poco, pero cada palabra parecía meditada, llena de significado. Durante un círculo de intercambio, había dicho simplemente: — *Creía que se había acabado, esa parte de*

mí. Pero solo había óxido. Debajo, sigue vivo. No es una búsqueda de placer. Es una alegría más amplia. La de sentir que estamos ahí, que seguimos existiendo, en el estremecimiento de un gesto, de una mirada.

Esas trayectorias, tan diferentes de las de los más jóvenes, conmovían a Léonie por su profundidad. Aquí no había ni actuación, ni urgencia. Solo un tranquilo deseo de verdad. Un lento resurgir, como un fuego que se reaviva suavemente bajo las cenizas.

Esas mujeres y esos hombres no venían a construirse una identidad.

Venían a despojarse de lo que les había pesado durante demasiado tiempo. A reapropiarse de un espacio interior a menudo olvidado, a veces negado. El Cachemira, para ellos, no era una tierra de despertar resplandeciente, sino un claro abierto en el denso tejido de su historia.

Y en esos relatos, Léonie encontraba una sutil resonancia. Le recordaban que la sensualidad no tiene edad, que no responde a ninguna norma. A veces se manifiesta en un escalofrío discreto, un silencio habitado, una mirada por fin libre. El deseo, entendido aquí como fuerza vital, no se apaga: se transforma, madura, espera. Y a veces, en la suave luz de una estación tardía, resurge con una belleza inesperada.

El santuario silencioso

El sendero ascendía en suaves curvas, piedra tras piedra, como un soplo discreto hacia el refugio del ermitaño. Léonie caminaba en silencio, guiada por el discípulo de sonrisa serena. El aire de la montaña traía esa claridad poco común que borra las charlas del mundo. Ya no había dirección que seguir, solo ese movimiento tranquilo, casi ritual, hacia un lugar sin nombre.

El refugio estaba allí, acurrucado contra la roca, humilde y silencioso. Frente a él, una silueta: el sabio. Sentado sin esfuerzo en un banco de madera gastada, su espalda recta se fundía con la pared rugosa. No miró a Léonie como se observa a un visitante. Simplemente estaba allí, como una montaña mira al cielo. Su mirada, límpida y serena, no interrogaba nada, no esperaba nada. Envolvía.

Léonie se sentó frente a él. No buscó las palabras. No hacía falta. Sus manos se abrieron, con las palmas hacia el cielo, como dos cálices olvidados. El silencio se convirtió poco a poco en un espacio, un aliento, una escucha.

Poco a poco, los remolinos de la mente se calmaron. Lo que lo cotidiano formaba un tumulto —recuerdos, miedos, rostros, impulsos— se desató. Las imágenes pasaron, ligeras, como velos: la infancia, las heridas antiguas, los despertares recientes. Nada se imponía, nada se desvanecía. Todo flotaba en una suave claridad, sin necesidad de ser comprendido.

Entonces, algo se abrió aún más allá. Una profundidad insospechada. Aparecieron formas, pero no eran de este mundo. Colores iridiscentes, símbolos en movimiento, motivos de otro orden, como un lenguaje olvidado que solo el corazón podía oír. No eran visiones impuestas, sino resonancias. Fragmentos de un recuerdo que no provenía del pasado, sino del alma.

Y entonces, todo se detuvo.

En ese vacío vibrante, surgió una presencia. Ni masculina ni femenina, o quizá ambas a la vez. No tenía una forma precisa, pero estaba allí, intensamente. De ella emanaba una profunda dulzura, una intimidad sin nombre. Léonie reconoció en ella algo esencial, una vibración familiar, como si por fin tocara la nota original, aquella que siempre había cantado de fondo en su silencio.

No hubo mensaje ni revelación. Solo una evidencia: lo que buscaba nunca había estado en otro lugar.
Frente al sabio, inmóvil, comprendió que no hacía falta decir nada. Que la transmisión pasaba por esa paz densa, ese silencio nutritivo. El Cachemira no era un destino. Simplemente había ofrecido un espejo. La verdadera iniciación tenía lugar aquí, en el espacio desnudo de su propio corazón.

Y Léonie sintió, en la tranquila profundidad de ese instante, que el camino no la llevaba más lejos, sino más profundamente. Allí donde no había nada que buscar, solo había que estar.

El susurro de las noches

Las noches en Cachemira tenían una densidad extraña, casi sagrada. El silencio estaba poblado de una presencia inmóvil. Nada dormía realmente. Todo parecía velar en una espera discreta. Las piedras, los árboles, el agua misma contenían la respiración, como si algo intentara nacer tras el velo de lo visible.

Léonie se abandonaba a esas noches como quien cruza un umbral. Desde su encuentro con el sabio, desde las largas horas de escucha en la ermita, había sentido que algo se disolvía en su interior: el parloteo interior, los contornos familiares del yo. Una atención diferente, desnuda, silenciosa, había tomado su lugar. Y en ese espacio sin pretensiones, surgían los sueños.

Pero ya no eran realmente sueños.

Eran visiones nocturnas, procedentes de otro orden. La transportaban a lugares que no conocía. Lo que surgía parecía provenir de un mundo anterior, como si el inconsciente colectivo —esa memoria viva, inmensa, forjada por millones de años— entreabriera sus puertas.

Esas visiones se producían. Ni frecuentes, ni previsibles. Y cuando aparecían, tenían la fuerza bruta de un sueño arcaico: nítidas, casi demasiado precisas, como si la imagen se hubiera grabado incluso antes de su nacimiento.

Una parte del depósito ancestral se levantaba entonces, en esos sueños tan particulares que diferían radicalmente de

los sueños ordinarios. Léonie no soñaba en el sentido habitual: no participaba, no se proyectaba en ellos. Simplemente se veía. Las imágenes surgían con un relieve sorprendente, en tres dimensiones, con colores vivos, una densidad casi tangible. No se trataba de impresiones fugaces, sino de una visión directa, sin mediación, en la que el observador estaba ausente.

Una ciudad antigua emergía de la niebla, un bosque primigenio vibraba con una memoria intacta, una lengua antigua resonaba en el seno del silencio. Veía el nacimiento de una civilización, un antiguo cataclismo natural, el despertar de una nueva conciencia colectiva. La transformación de la humanidad se revelaba no como un relato que había que comprender, sino como una evidencia cruda. Esas visiones afluían como lecturas directas en la gran biblioteca de la experiencia universal.

Ningún guion, ningún sentido que descifrar. Solo una revelación desnuda, como un impacto mudo. Algo más vasto, más antiguo, pasaba a través de ella —y ella no hacía más que dejarlo pasar.

Ella no era una actriz. Ni siquiera una soñadora. Solo presencia. Una conciencia en segundo plano, pacífica y vasta, testigo de imágenes procedentes de otro orden.

Esas visiones dejaban en ella una huella, sin emoción ni relato.

Y al despertar, persistía una sensación. Como si la noche la hubiera rozado con un antiguo secreto, que aún no estaba preparada para escuchar.

El fuego secreto de la montaña

Tras la fase colectiva del retiro, Léonie sintió la necesidad de un retiro más profundo, de un silencio más desnudo. Aprovechó la oportunidad que le ofrecía el centro: pasar unos días en un pequeño monasterio encaramado en la ladera de la montaña, sobre el valle.

Allí arriba, todo parecía despojado. El aire era más vivo, el silencio más denso, habitado únicamente por el viento y algunos cantos de pájaros. El lugar no tenía nada de espectacular, pero su sencillez tocaba una parte desnuda de sí misma. Los días transcurrían con una regularidad apaciguadora, marcadas por momentos de meditación, tareas sencillas y largas horas de contemplación.

Muy pronto, Léonie se sumergió en esa austeridad fecunda. El silencio se convirtió en su compañero. La sencillez de los gestos, la ausencia de palabras, la lentitud de las horas abrían en ella espacios que nunca había explorado. Se descubría apacible, casi translúcida, como si su cuerpo, por fin, se sintonizara con la horizontalidad del mundo.

Pero la noche traía otros movimientos.

En la penumbra de su celda, sin miradas fijas sobre ella, sin ritmo impuesto, surgían otras sensaciones. Un escalofrío. Un calor sordo. Un recuerdo táctil. Las imágenes de los masajes tántricos, los sutiles despertares de las últimas semanas, todo resurgía. El cuerpo, relajado, recuperaba la palabra.

El contraste era sorprendente. La aspereza del lugar, el rigor del silencio, parecían intensificar las llamadas del cuerpo. No era una regresión, ni una tentación. Más bien un brote. Como si el deseo, hasta entonces contenido por la presencia de los demás, se desplegara por fin, en soledad.

Al principio, Léonie intentó rechazarlo. Buscaba la paz, el control, la calma. Redoblaba su concentración, recitando mantras, prolongando sus meditaciones. Pero cuanto más luchaba, más se intensificaba la inquietud —no como una provocación, sino como una evidencia.

Una noche, cuando la agitación interior alcanzaba su punto álgido, dejó de intentar huir. Se sentó en su esterilla, con las piernas cruzadas y los ojos cerrados. Respiró profundamente. E hizo lo que había aprendido a hacer en todas las demás esferas de su vida interior: lo acogió.

Las sensaciones iban en aumento —olas cálidas, tensiones difusas, escalofríos en espiral—. No les ponía nombre. No las dirigía. Las dejaba ser, plenamente, sin perderse en ellas. La respiración se convertía en guía, la conciencia, en ancla. No había ni fantasía ni guion: solo la intensidad desnuda del cuerpo vivo.

Y entonces algo se liberó. No en un brote espectacular, sino en una relajación, una profunda distensión, como si se hubiera encontrado una fuente, en lo más profundo de su columna, en la raíz de su ser. Circuló un calor nuevo —suave, ascendente, vivo—. Reconoció instintivamente ese movimiento: era el despertar de la energía Kundalini, esa

fuerza latente en la base de la columna vertebral que el tantra y la meditación despiertan. También sentía, sutilmente, la activación de sus chacras —uno a uno, como puertas que se abrían, silenciosas y vivas.

Ese fuego interior, ese fuego sagrado, no buscaba consumir, sino elevar.

Las noches siguientes, volvió a esa práctica. Sin expectativas. Sin objetivo. Solo como una forma de estar plenamente presente, hasta en sus zonas más secretas. Una presencia en sí misma, una armonía interior, una escucha que no rechazaba nada. El deseo ya no venía a perturbar la paz: formaba parte de ella. Se convertía en un paso, un movimiento de apertura, una llamada hacia lo más alto, lo más vasto, lo más verdadero.

En el silencio agrio de la montaña, Léonie descubría una unidad. No una fusión extática, sino una suave alineación entre su cuerpo y su espíritu. Ya no oponía su sensualidad a su búsqueda espiritual. Ya no establecía jerarquías. Todo se convertía en camino —el aliento, el calor, el silencio, el deseo, el despertar de los centros sutiles— en ese lugar elevado y despojado que, al igual que el resto de Cachemira, no hacía más que reflejar lo que, en su interior, buscaba despertar.

Danza bajo la luna

En el corazón de Cachemira, más allá aún de los monasterios y los caminos trillados, Léonie descubrió un lugar apartado, casi secreto. Allí, un pequeño grupo se reunía en torno a una mujer de ojos profundos, cuya mirada parecía atravesar las formas para tocar la esencia. Hablaba poco, pero cada palabra abría un espacio. Se decía que perpetuaba un arte antiguo, un camino de trance tántrico arraigado en las tradiciones más antiguas.

La iniciación no prometía nada. No prometía curación, ni éxtasis. Simplemente proponía un descenso. Una apertura. Una mayor presencia.

Todo comenzó con una preparación lenta. Se infusionaban con cuidado plantas de sabores terrosos, procedentes de la tradición ayurvédica. Su acción no era espectacular, sino sutil: las percepciones se modificaban ligeramente, las fronteras del cuerpo se volvían permeables, los sonidos más envolventes, el aire más denso. Léonie se sentía a la vez tranquila y como atravesada por algo más vasto. Cada gesto parecía ralentizarse de forma natural, cada sensación se ampliaba.

La noche elegida para el ritual coincidía con la luna llena. El grupo se reunió en un claro abierto, lejos de toda presencia humana. En el centro se había encendido una hoguera, cuyas llamas bailaban con vivacidad, proyectando sombras móviles sobre los árboles. El aire era fresco, impregnado del olor de los pinos y de la tierra aún húmeda.

En un silencio respetuoso, cada uno se desnudó, no como quien se expone, sino como quien se aligera. Léonie sintió primero pudor, luego algo cedió: la desnudez aquí no era para comprenderla, era para vivirla. No era ni provocación ni ritual vacío: se convertía en verdad.

El tambor comenzó a resonar, lentamente, profundamente. Surgieron los primeros movimientos, espontáneos, suaves, como extraídos de la memoria del cuerpo. Léonie se dejó guiar por el ritmo, con los ojos entrecerrados. El suelo bajo sus pies estaba vivo. El aire fresco acariciaba su piel. No bailaba para expresarse, bailaba para ser. Cada gesto nacía de un suspiro, de una escucha, de un impulso interior.

A medida que la luna se elevaba en el cielo, el trance se instalaba. Los cuerpos se acercaban, se alejaban, se rozaban sin buscarse. No había dirección, ni intención. Solo un flujo, una escucha, una presencia compartida. El fuego crepitaba, las sombras se volvían móviles, irreales. El tiempo parecía suspendido, como si el mundo hubiera ralentizado su latido.

Léonie percibía un calor difuso que se elevaba lentamente en su interior. No era ni deseo, ni espera. Más bien un susurro ancestral, un recuerdo del cuerpo que despertaba en el silencio. La sensación se extendía con suavidad, como un soplo interior que rozaba sus contornos. Cada vibración parecía conectarla con algo invisible, de vivo, que no pedía nada —solo ser acogido.

Ya no estaba separada. Ni de la tierra, ni de la luna, ni de los demás. Su cuerpo ya no le pertenecía del todo, se

convertía en un canal, en una escucha, en un espacio de acogida. El pensamiento se desvanecía. Solo quedaban el movimiento, el calor y esa presencia tan vasta que parecía abarcar todo el cielo.

No era ni fusión, ni pérdida de sí misma. Más bien una dilatación. Una comunión silenciosa en la que el deseo se transfiguraba en ímpetu vital. No había nada que alcanzar. Todo estaba ya allí.

La luna, alta en el cielo, velaba por ellos como una madre invisible. Bañaba la escena con una luz suave, irreal, testigo discreta de una noche sin palabras.

La belleza de la impermanencia

En el corazón de Cachemira, en el seno de la comunidad que la había acogido, Léonie descubrió una práctica a la vez artística y meditativa, de una sobriedad conmovedora: la creación de mándalas con polvo de colores.

Durante largas horas, monjes y practicantes, en silenciosa atención, depositaban con infinita paciencia granos de polvo pigmentado, siguiendo trazos complejos, heredados de antiguas tradiciones.

Cada mándala nacía lentamente, como un mundo en expansión, hecho de líneas finas y geometrías sagradas. Los colores vibraban, los símbolos se entrelazaban con precisión. Léonie observaba, fascinada, esa minuciosidad silenciosa, esos gestos tranquilos que parecían pertenecer a otra época. El único sonido era el delicado roce de los polvos y el discreto susurro de los mantras.

Un día, un practicante la invitó a unirse al círculo. Al principio sus manos vacilaron, torpes al manejar los pequeños conos de cobre que vertían el polvo. Pero poco a poco, llevada por la calma del ambiente, encontró un ritmo. Todo su ser se concentró en el trazo. Sus pensamientos se desvanecieron, absorbidos por el gesto, por los matices que tomaban forma.

Fue una meditación sin palabras. Una presencia pura, donde cada movimiento se convertía en oración. Aprendió el significado de las figuras: el círculo como reflejo del universo, el cuadrado como anclaje a las cuatro

direcciones, los símbolos como lenguajes del alma. Cada detalle vibraba con un sentido profundo, cada color despertaba una cualidad interior.

El trabajo exigía una vigilancia constante. La más mínima distracción, un ligero temblor de la mano, bastaba para perturbar la armonía. Pero ahí residía todo el camino: la atención, la paciencia, el compromiso sin expectativas.
Una vez terminado el mándala —obra maestra silenciosa, frágil y sublime —, se instalaba una sensación de plenitud. Luego llegaba el momento extraño y solemne de la destrucción. Con un gesto lento, los pigmentos se borraban, se dispersaban, se mezclaban. La forma se desvanecía, la belleza volvía al polvo.

A Léonie se le cortó la respiración. ¿Por qué deshacer lo que había requerido tanta atención, tanta dedicación? Sintió una oleada de incomprensión, casi de tristeza. Entonces preguntó, en silencio, con la mirada.

El monje, con su dulzura, respondió simplemente: —Nada dura. Es la ley de todas las cosas. El mándala no existe para ser conservado, sino para ser vivido. Su borrado no es una pérdida. Es el gesto último de gratitud.

Permaneció largo rato ante el polvo mezclado en el suelo. Los colores estaban allí, pero ya nada tenía forma. Sin embargo, sentía en su interior algo más vasto, más claro.

El mándala se convertía en el espejo de su propio camino. Cada relación, cada emoción, cada encuentro: un frágil dibujo en la arena del tiempo. Todo lo que había

importado, todo lo que la había atravesado, no se había perdido.

Se había convertido en ofrenda.

Carta a Chloé

Querida Chloé,

Te escribo desde un rincón tranquilo, donde el cielo se extiende en amplias velas de azul, lejos del ajetreo agobiante de París que tan bien conoces. Aquí, todo parece respirar más lentamente. Y, sin embargo, en mi interior, algo no deja de abrirse, de desplegarse en un silencio que a menudo te he ocultado.

Hay algo que necesito confiarte. Algo dulce, de frágil, de esencial.

¿Recuerdas aquella época en la que me sentía desconectada, como si mi cuerpo hubiera abandonado la escena, como si ya no fuera más que una voz sin anclaje, un aliento en suspenso? Ese tiempo ha pasado. No es un choque, ni una revelación fulgurante. Más bien un recuerdo, un susurro antiguo, que vuelve desde muy lejos. Como un manantial enterrado bajo las piedras.

No sabría decir cuándo empezó. Quizá llegó poco a poco, como una lenta erosión de las resistencias. O quizá todo eso dormía en mí, en silencio, esperando a ser reconocido. Y ahora lo recuerdo.

No se trata solo de sensaciones recuperadas —aunque mi cuerpo, también él, se despierta. Es algo más amplio. Se ha instalado una escucha, más sutil, más profunda. El mundo entra de otra manera. El roce del agua, la caricia de un tejido, el canto del viento sobre la piel: todo se

convierte en mensaje. Ha nacido una nueva percepción, silenciosa, desnuda, sin expectativas.

Y con ella, algo aún más amplio: una mirada sin mirada, una conciencia que no piensa, pero ve. Han llegado sueños —aunque, en realidad, no son sueños. Visiones. Nítidas, tridimensionales, coloridas. Una ciudad antigua, un bosque arcaico, lenguas olvidadas, convulsiones de la humanidad. Todo ello visto, directamente, sin mí. Yo estaba ausente, y sin embargo todo se percibía.

A veces me quedo así, simplemente ahí, escuchando cómo la vida vibra en mis células. Ya no hay frontera entre el dentro y el fuera. Es extraño decirlo, Chloé, pero es como si nunca hubiera estado separada.

No sé adónde me lleva esto. Y no necesito saberlo. No es un proyecto, ni una búsqueda. Es una presencia. Una paz inmensa. Una disponibilidad.

Te escribo todo esto porque me has conocido en mis silencios. Porque sé que comprenderás esta metamorfosis invisible, esta forma de renacer sin drama, a pasos lentos, en el interior de uno mismo.

Te mando un tierno abrazo. Y estoy deseando volver a verte.

Léonie

En el aliento de Shakti

A lo largo de los encuentros y las prácticas compartidas en el círculo, Léonie percibía poco a poco el trasfondo invisible de lo que vivía: un entramado antiguo, hecho de gestos, de silencios, de enseñanzas transmitidas con parsimonia, pero portadoras de un fuego tranquilo.

Lo que llamaban «trance»

no era una técnica más que dominar. Era una forma de hacerse permeable. Una invitación a desprenderse de los contornos, a dejarse atravesar. No para olvidarse de uno mismo, sino para encontrarse de otra manera.

Durante las sesiones, entre respiraciones profundas, movimientos espontáneos y la inmovilidad plena, circulaban palabras antiguas. Fragmentos de poemas, extractos de escritos atemporales, palabras transmitidas de boca en boca. A menudo se hablaba de Shakti, esa fuerza vital y creadora que impregna todas las cosas. Dejarse atravesar por ella, decían, era abrirse a una conciencia más vasta que uno mismo, una conciencia encarnada, vibrante.

El cuerpo no era un obstáculo. Era el lugar mismo de la experiencia. Un espacio sagrado donde se revelaba, no sin pudor, lo invisible. La sensualidad, lejos de ser un impulso que controlar o reprimir, se convertía en una puerta. Una cualidad de la atención. Un arte de habitar plenamente el instante.

Un día, una de las mujeres más mayores del grupo había susurrado, durante un círculo de conversación:

«No hay que temer a la voluptuosidad. Es un soplo. Si la sigues sin aferrarte a ella, te muestra el camino. No es un fin. Es un umbral».

Léonie no había olvidado esas palabras. Se habían depositado en ella como una ofrenda.

La libertad de cada uno, en ese círculo, era inalienable. Cada mirada, cada contacto, cada gesto iba precedido de un silencio, de una escucha. Nada se esperaba nunca, nada se debía nunca. La autenticidad de los intercambios nacía precisamente de esa lentitud, de ese respeto por el ritmo interior.

El trance podía surgir del aliento, del sonido, del movimiento, del silencio… o de un roce, si este se ofrecía con plena conciencia. La inmersión en la voluptuosidad no era ni un objetivo ni un clímax, sino a veces un paso. Lo que importaba era la apertura: hacia uno mismo, hacia el otro, hacia lo que circula más allá de las palabras.

Léonie aprendía a reconocer las caricias no como gestos que obtener o dar, sino como espacios de escucha mutua. Intercambios de atención, de energía, de presencia. No eran sistemáticos. Nunca eran banales. Surgían cuando el cuerpo, sin ningún propósito, los llamaba.

Entre las enseñanzas más marcantes para ella figuraba la de la unión interior de las polaridades. Cada ser, le decían,

lleva en sí los dos soplos: el impulso directo, claro, solar; y la receptividad, profunda, acogedora. No son géneros, sino cualidades. Y reunirlas en uno mismo es dejar de buscar en el exterior una solución.

Léonie reconocía esas dos fuerzas en sí misma. Estaba esa parte decidida, la que la había empujado a abandonar París, a salir de sus marcos. Una fuerza clara, orientada, a veces ardiente. Y estaba esa otra parte, suave, permeable, capaz de absorber los más mínimos matices de luz, de sentir el mundo en el silencio. Ni ninguna de las dos bastaba por sí sola. Pero juntas formaban un nuevo entramado. Una estabilidad en movimiento. Una escucha arraigada.

Comprendía, en su cuerpo, que una sin la otra desequilibraba la danza. Demasiada afirmación se convertía en dureza. Demasiado abandono, en disolución. Lo que saboreaba ahora era una reconciliación, una fluidez interior que no pedía nada, pero que lo sostenía todo.

Este nuevo equilibrio no excluía el encuentro. Pero lo arraigaba de otra manera. Ya no esperaba que otro viniera a llenar un vacío. Más bien deseaba que la unión, si se producía, fuera el espacio de un intercambio, de un resplandor cruzado, donde cada uno, en su plenitud, ofreciera su luz al otro.

Lo que Léonie descubría no era una sucesión de ejercicios o conocimientos que integrar. Era una forma de mantenerse en el momento. Una forma de abrir los

sentidos sin perderse. Una manera de respirar con el mundo.

Jyoti

Los últimos momentos de Léonie en Cachemira se desarrollaban en una dulzura teñida de melancolía serena. Algo en ella sabía que la partida no sería una desgarro, sino una puerta que cruzaba con calma..

Léonie había vuelto sola a meditar a la orilla del torrente. El agua viva, incansable, parecía cantar un recuerdo antiguo. Había cerrado los ojos, dejando que el murmullo se imprimiera en ella como un soplo, un secreto transmitido por las piedras y la corriente. Había sentido, en esa sencillez, una forma de bendición.

La mañana de su partida, el instructor de yoga tántrico la invitó al pequeño templo. Las paredes, adornadas con frescos de vivos colores, representaban a divinidades antes, mitad humanas, mitad simbólicas. El aire estaba impregnado del aroma del incienso; la luz filtrada por las vidrieras parecía detener el tiempo.

Le indicó un cojín frente a él. Entre ellos, cuencos llenos de agua, flores y pigmentos. Ningún ritual anunciado, ningún discurso preparado. Solo esa calidad de presencia, densa y límpida.

Entonó un mantra. La voz grave vibraba suavemente, como si surgiera de la tierra. Léonie cerró los ojos. Ya no buscaba comprender, captar un sentido. Escuchaba con todo su cuerpo, mecida por los sonidos sagrados.

Cuando el canto se apagó, el hombre sumergió los dedos en el agua y la roció suavemente. Sintió el frescor en la frente, en las mejillas. Él dijo simplemente:

—Que esta agua te recuerde la fuente.

Luego dejó caer pétalos sobre sus manos abiertas.

—Que la belleza y la alegría sean tus compañeras.

Por último, con el pigmento rojo, trazó un punto en el centro de su frente.

—Que la luz de la conciencia guíe tu mirada.

Se hizo el silencio, cargado de significado. Él le habló con dulzura:

— Sigues siendo Léonie. Ese nombre

te ha traído hasta aquí. Forma parte de tu memoria. Pero a partir de ahora, otro nombre te acompaña.

Hizo una pausa y luego añadió:

— También eres Jyoti Léonie. *Jyoti* significa luz. Una luz que no solo brilla en el exterior, sino que arde en ti, en la sombra y la calma. Una llama tranquila, fiel, que nunca se apaga.

De nuevo el silencio. Léonie sentía que las palabras resonaban en lo más profundo de su ser, como una onda.

—Este nombre no te asigna un papel. Simplemente te recuerda lo que has reconocido en ti misma. No tienes nada que enseñar, nada que demostrar. Pero allá donde vayas, esta luz podrá despertar otras llamas.

Juntó las manos e inclinó la cabeza. Léonie hizo lo mismo, en un gesto silencioso.

No sabía qué iba a hacer en París, ni qué sería esa «transmisión». No había ningún plan, ni ninguna expectativa. Pero a partir de entonces llevaba consigo un hilo interior, una nueva coherencia, tejida de lentitud, de sensaciones, de silencios.

Se levantó sin prisa, agradeciendo con una mirada. No se sentía cambiada, sino revelada. Algo en ella había encontrado su nombre. No para ser exhibido, sino para ser habitado.

Atravesó el patio del templo. El sol jugaba sobre las piedras, el viento bailaba entre el follaje. El mundo no había cambiado. Pero ella, sí. Léonie, Jyoti Léonie, caminaba hacia la continuación del camino —ni más iluminada, ni más fuerte, pero un poco más presente a cada paso.

El frágil umbral del regreso

Los últimos días antes de la partida estuvieron envueltos en una dulzura solemne, una melancolía tranquila y esa extraña tensión que se siente antes de un cambio. Léonie guardaba sus cosas lentamente, como para prolongar los gestos, retrasar el momento en que realmente tendría que partir.

La India la había marcado más allá de las palabras. Su densidad, su fervor, su ternura cruda. En los ashrams, los cantos del alba, los gestos sencillos compartidos, había descubierto otra forma de habitar el mundo. Cachemira, por su parte, había aportado un matiz diferente: más depurado, más mineral, como un espejo colocado ante la intimidad del cuerpo y del alma. Allí, en ese silencio tan lleno de vida, algo se había refinado.

Y ahora… París.

El nombre por sí solo parecía demasiado duro, demasiado recto. Una vibración seca, casi ajena. Sin embargo, era allí adonde se dirigía. Reencontrar los rostros queridos, las calles familiares, los puntos de referencia de la vida cotidiana. Pero también, tal vez, las trampas del olvido.

Sabía que la luz que había acogido no era un estado que debiera conservar, y mucho menos proteger. Era un fuego discreto, un impulso vivo. Sin embargo, persistía un temor: el de ver ese fuego vacilar, sofocado por el tumulto de las costumbres, por las exigencias, los automatismos, los ruidos del exterior.

Lo había apreciado aquí no era un éxtasis ni una búsqueda. Era una cualidad de la presencia. Había aprendido a escuchar sin buscar, a sentir sin querer. El cuerpo ya no era un instrumento que dominar, sino un templo habitado por misterios.

¿Conseguiría mantener viva esa llama? No a través de la disciplina, ni de la huida, sino en un vínculo vivo, una mirada abierta al instante, donde lo sagrado no dependía ni de las montañas ni del incienso, sino de la propia elección de abrir los ojos.

Pensaba en sus seres queridos, en sus vidas tan ajetreadas. En sus conversaciones a veces alejadas de lo esencial. Los quería. Pero, ¿cómo mantenerse cerca sin perderse? ¿Cómo compartir sin traicionarse? No se trataba de convencer, y mucho menos de enseñar. Solo de seguir caminando, viviendo, amando… desde ese espacio más amplio, más arraigado.

Cada gesto —doblar un paño, cerrar una bolsa, rozar una piedra— llevaba la huella de un adiós silencioso. No había tristeza, sino una serenidad grave, una conciencia viva de lo que se llevaba consigo.

Inspiró profundamente, cerró los ojos un instante. El incienso, los colores, los rostros atravesaban su mente sin detenerse en ella. Una frase sencilla surgió del silencio interior: *Sé la luz en cada instante.*

Presencia en el exilio

El regreso a París fue un choque, un paso brusco entre dos mundos. En el aeropuerto, el estruendo de las maletas, los anuncios fríos, los rostros apresurados la atraparon sin delicadeza. Léonie, aún impregnada del profundo silencio de las montañas, atravesaba como una extranjera un universo saturado de urgencia.

En el metro, la ciudad le pareció irreal: miradas esquivas, gestos vacíos, aislamiento tras pantallas luminosas. Por reflejo, le dedicó una sonrisa a un desconocido, que se perdió en una mirada desconfiada, casi inquieta. Entonces comprendió hasta qué punto llevaba en su interior un ritmo diferente, un tempo interior desfasado.

La ciudad parecía rápida, nerviosa, saturada. Y, sin embargo, algo en ella permanecía inmóvil, como un centro silencioso que observaba sin juzgar. Lo que había vivido en Cachemira no era un recuerdo difuso que se pudiera guardar en un cajón. Su cuerpo llevaba la memoria de una nueva forma de escuchar, más lenta, más acertada.

Una certeza nació en ella, discreta pero firme: lo había descubierto, ese aliento, esa presencia, ya no podía borrarse. Era una forma de habitar el mundo, aquí y ahora, en cada instante.

El verdadero impacto vino de los demás.

En una cena con Sophie y Claire, sus amigas de la infancia, Léonie se atrevió a mencionar, en voz baja, lo que había

cambiado en ella: la sensualidad redescubierta, la conciencia del aliento, la suavidad del tacto. El ambiente se volvió pesado.

—¿Tantrismo? —lanzó Claire, recelosa—. ¿No es una secta?

Sophie, más suave, soltó: —Pareces diferente… Pero ten cuidado, no te vas a perder en eso, ¿eh?

Léonie se mantuvo tranquila. Sabía que su miedo no iba dirigido contra ella, sino contra lo que ellas no entendían.— No es lo que imagináis. Es una práctica de atención, un camino hacia la presencia. Nada místico, nada extraño. Solo una invitación a reconectarse con lo vivo, poco a poco.

Pero sus palabras parecían flotar en el vacío. Sus miradas delataban inquietud, desconfianza, tal vez incluso una pizca de envidia. Se había abierto un espacio invisible entre ellas.

Con su familia, la ruptura fue más brutal. Su madre, asustada, hablaba de deriva sectaria, de manipulación. Su hermano le lanzaba artículos alarmistas. Léonie sintió que se erigía un muro, un frío cerrojo entre ella y sus seres queridos. Decidió no luchar, responder con dulzura pero sin renegar de en lo que se había convertido.

En el trabajo, la tensión se percibía en las insinuaciones, en las miradas malinterpretadas. Su calma, su mirada serena, su nueva capacidad de escuchar parecían molestar.

Algunos hombres veían en su serenidad una invitación, mal entendida. Bromas a medias, insinuaciones… Ella comprendía que su cuerpo no hablaba el mismo idioma que su mundo anquilosado.

No sintió ni vergüenza ni ira. Su camino interior la había hecho demasiado fuerte para eso. Pero comprendía la soledad de un ser transformado que regresa entre quienes no han cambiado. Perdonaba ese miedo, esa tensión. El miedo a lo desconocido paraliza las almas. Y en su interior brillaba una nueva claridad: no impondría nada. Simplemente viviría, fiel a lo que sentía.

Los días transcurrieron. Su apartamento, al principio demasiado pequeño, se convirtió poco a poco en un refugio. La luz gris de París revelaba la banalidad, pero también la posibilidad de una transformación sutil. Cada objeto, cada instante se cargaba de atención.

Su cuerpo no se había cerrado. El recuerdo de los masajes, de la lentitud del aceite caliente, de los gestos precisos aprendidos con Rohan, seguía vivo. Su respiración se había vuelto más profunda, más presente. Caminaba y respiraba de otra manera. Habitaba su cuerpo con una nueva ternura.

La idea surgió de forma natural: ofrecer masajes ayurvédicos. No como una reconversión, sino como una prolongación, una apertura de lo que había germinado en ella. En Cachemira, había aprendido los gestos de esta antigua tradición, al mismo tiempo que despertaban en ella los fundamentos del masaje tántrico.

Acondicionó un rincón sencillo y acogedor en su apartamento: una luz suave, telas selectas, aceites perfumados con esmero. Poco a poco, llegaron las primeras citas. Primero, personas cercanas, intrigadas, curiosas. En sus manos nació una palabra silenciosa, un lenguaje sin palabras. Ella estaba allí, plenamente presente.

Y esa sola presencia, luminosa y tranquila, bastaba.

El eco lejano de Cachemira

Habían pasado los meses desde el regreso de Léonie. La vida parisina, con su ritmo acelerado y sus contornos familiares, había retomado su curso. Sin embargo, en su interior, subsistía una brecha abierta hacia otro lugar. Un silencio. Una lentitud. Una cualidad de presencia que nada lograba borrar.

Su actividad como masajista se había consolidado como algo evidente, una prolongación natural. Sus manos, convertidas en mensajeras de un tacto consciente, transmitían con sencillez el profundo respeto por lo vivo. Cada encuentro con el otro era para ella una escucha atenta, un puente tendido hacia lo que había descubierto allí, en la luz tamizada de las montañas.

A veces, de repente, surgía en ella la tranquila silueta de Rohan. No era una ausencia dolorosa, ni el pesar de un amor inconcluso, sino un sutil estremecimiento —una suave resonancia que se deslizaba entre dos respiraciones.

Revivía sus silencios compartidos, los pasos ligeros por los senderos, los susurros escapados bajo un cielo estrellado. No había habido pasión ardiente, ni promesas, sino una cercanía luminosa, como si sus almas se hubieran reconocido en un espacio fuera del tiempo, más allá de las palabras y los deseos.

Ese recuerdo persistía, delicado y apacible. No invadía su vida, la acompañaba, como el aroma de una flor prensada desde hacía tiempo entre las páginas de un libro. Le

recordaba que la intimidad podía nacer sin expectativas, sin promesas, en la sutil armonía de un momento vivido.

A veces, se sorprendía preguntándose si Rohan también conservaba ese rastro ligero y vibrante. Pero esas preguntas quedaban sin necesidad de respuesta, flotando como burbujas de luz en el silencio interior.

El Cachemire ya no la llamaba, ya no era un lugar al que volver. Vivía en ella como un espejo tranquilo, un eco suave en el tumulto parisino. En la soledad a menudo ruidosa de la ciudad, Léonie sacaba de ese recuerdo una fuerza serena, una profunda confianza en la belleza de los encuentros que no buscan ni posesión ni mañana.

Por fin comprendía que ciertas conexiones existen simplemente por lo que despiertan — un resplandor interior, una luz sin obstáculos. La que existía entre ella y Rohan era de esas: una intimidad silenciosa, libre, ofrecida sin condiciones, cuyo recuerdo vivía menos en el pasado que en la atención siempre renovada del presente.

Lo que permanece

Las estaciones se sucedían unas tras otras, y Léonie proseguía su camino, suavemente moldeada por el discreto fluir de la existencia. Su práctica del masaje se había refinado hasta convertirse en un espacio casi sagrado. Allí, sus manos hablaban un lenguaje silencioso, cada gesto realizado con nitidez, sin dureza, como una palabra acertada que no busca ni efecto ni respuesta.

En esa tranquila madurez, un hilo persistía, discreto pero muy vivo. Un hilo de luz, tendido hacia un más allá que ya no llamaba, pero que seguía vibrando. Cachemira. Rohan. No como una espera, sino como una nota clara, suspendida en el corazón de su memoria.

A veces, en un recoveco del silencio o en el intervalo entre dos respiraciones, la presencia de aquel hombre reaparecía, sin estruendo. Un reflejo posado en la superficie de un agua tranquila. Nada que captar, nada que comprender —solo la dulzura de un recuerdo vivo.

Una tarde, en meditación, el pensamiento de Rohan se impuso con una dulzura insistente. No como una llamada, sino como un susurro que no se puede ignorar. ¿Estaba ¿seguía allí, en la montaña? ¿Seguía caminando bajo la luz rasante de las mañanas sencillas?

Impulsada por un suave impulso, lo buscó. Su nombre, unas pocas letras tecleadas con vacilación. Lo encontró sin dificultad. Aparecieron imágenes: paisajes familiares, miradas apacibles, huellas de una vida ligada a la tierra y

al silencio. Nada expuesto. Solo fragmentos, impregnados de la misma sobriedad tranquila que ella le conocía.

Escribió unas palabras, sencillas, casi transparentes:

«Espero que estés bien. Estaba recordando nuestra estancia en Cachemira».

Unos días más tarde, una respuesta. Cálida, sobria, en el mismo tono. Rohan también lo recordaba. Hablaba del cielo despejado, de las meditaciones vespertinas, de aquel precioso paréntesis. Intercambiaron algunas palabras más. Nada excesivo. Noticias, rastros de vida. Luego el silencio volvió a ocupar su lugar, con naturalidad.

Léonie acogió aquel intercambio como se recibe una suave brisa en el rostro. No abría nada nuevo, no reavivaba ninguna expectativa. Solo confirmaba solo lo que ella ya había intuido: ese vínculo había existido plenamente. Y eso bastaba.

Entonces vio con mayor claridad lo que los había unido —y lo que ahora los diferenciaba—. Rohan seguía un camino de retiro, de contemplación, en la sencillez de los elementos. Ella, por su parte, se adentraba en los meandros del contacto humano, del deseo encarnado, de la conciencia en movimiento. Dos caminos legítimos, diferentes, pero no opuestos.

No había tristeza, ni nostalgia. Más bien una paz discreta. Se habían encontrado en un espacio fuera del tiempo, se

habían reconocido sin poseerse. Y luego sus caminos habían seguido su curso, cada uno fiel a su naturaleza.

Léonie supo entonces que ciertas presencias no exigen ni retorno ni continuidad. Se convierten en otra cosa. Un color suave mezclado con la luz del día, una vibración discreta en el fondo del aire. Rohan se había convertido en eso: un color suave en la paleta de su existencia, una resonancia que ella no necesitaba reavivar para que siguiera existiendo.

Continuó su camino, atenta, curiosa, siempre en movimiento. Fortalecida por saber que hay vínculos que no buscan ni continuación ni conclusión, solo la justeza de su aparición —y la delicadeza de su partida.

El equilibrio recuperado

Había en Léonie una luz discreta, nacida del silencio. No del que oculta, sino del que revela. Una claridad sin contornos, como un canto interior que ya no intentaba comprender. El Cachemira ya no era un recuerdo que revivir, ni una dirección que seguir. Se había convertido en una nota en su respiración, un color posado sobre su piel.

Su actividad había madurado, se había refinado. Ya no buscaba comprender ni reparar. Simplemente estaba allí, presente, atenta al gesto adecuado, a la palabra necesaria, al silencio habitado. La sensualidad ya no era una exploración, y mucho menos una actuación. Se había convertido en un estado. Una cualidad de presencia.

Y, sin embargo, algunos recovecos interiores aún murmuraban. No como gritos, sino como respiraciones contenidas. Había zonas en su interior que permanecían al margen, tímidas, compactas. No dolorosas, pero opacas. Recuerdos antiguos, procedentes de la adolescencia, afloraban a veces —en una mirada, una reserva, un escalofrío.

Por consejo de una amiga, conoció a Élise, una psicoanalista juniana. La consulta, enclavada en una calle tranquila del Barrio Latino, tenía el aspecto de un santuario discreto: libros antiguos, objetos simbólicos, una calidez amortiguada. Élise, con su forma de ser, ofrecía un espacio sin dirección, sin urgencia. Escuchaba sin adueñarse. Su mirada, suave pero penetrante, invitaba a desahogarse sin perderse.

Léonie habló. Lentamente. Por capas. Evocó los silencios forzados de la adolescencia, la vergüenza muda, la disociación que se había deslizado en sus gestos. Luego el yoga, la meditación, el tantra. Cómo habían ayudado, sí — pero cómo, a veces también, habían eludido ciertos bloqueos.

Élise no la interrumpía. No juzgaba. Escuchaba con una presencia profunda, que dejaba que las palabras cayeran en el silencio sin congelarlas. A veces hablaba de la Sombra. No como de un enemigo al que repeler, sino como de un exiliado al que traer de vuelta junto al fuego. «Lo que se oculta acaba por gobernarnos. Lo que se mira con delicadeza se apacigua», decía.

Con el paso de las semanas, los sueños de Léonie se hicieron más claros, más insistentes. Una cueva. Un fuego. Un niño. Siempre el mismo niño, agazapado, mudo, pero vivo. Juntas, aprendieron a descifrar los símbolos, a tejer vínculos entre las imágenes y los arquetipos, a dar espacio a lo que nunca se había podido decir.

Durante una sesión, la voz de Léonie temblaba mientras contaba un recuerdo doloroso de su adolescencia. Las lágrimas corrían libremente por sus mejillas, una liberación largamente contenida. Élise no se movía. Estaba allí. Totalmente. Y en esa mirada había un sí inmenso, silencioso.

Tras varias sesiones, algo cambió. Léonie no se sentía curada, sino habitada. Se había dado un paso. Nada espectacular, nada visible. Pero fundamental. Empezaba a

vislumbrar que sus partes de sombra no eran errores que corregir, sino pedazos de sí misma que esperaban ser reunidos.

La feminidad recuperó su lugar, más flexible, más amplia. Menos un ideal que encarnar que una cualidad del ser que acoger. Élise hablaba a veces de Anima, esa parte femenina del alma que, en cada ser, busca unirse a lo vivo. Léonie sentía que esa unión no pasaba ni por el dominio ni por el esfuerzo, sino por una lenta entrega.

F Así fue como descubrió la palabra *individuación* —no como una idea, sino como una experiencia. La lenta alquimia de un alma que vuelve a sí misma. Nada se borra. Todo se transforma. Las heridas, los impulsos, los repliegues. Todo se convierte en materia para tejer.

Su día a día se vio afectado. Ya no oponía el impulso espiritual a la experiencia humana. ya no buscaba huir ni trascender. Encarnaba. Caminaba. Escuchaba. Tocaba. Amaba. Todo se convertía en un mismo hilo. Tensado entre el cielo y la tierra.

En sus gestos, en su forma de amar, se había instalado una nueva claridad. Ya no pedía al otro que la colmara. Ya no necesitaba que la tranquilizaran.

Y en las calles de París, sentía una mayor presencia de las cosas. Las voces, los olores, los movimientos: todo vibraba con más fuerza. Como si el mundo se hubiera acercado.

Léonie lo había comprendido. El pasado no se borra.

Pero, más aún, descubría que no se sitúa detrás de nosotros: está ahí, presente. Cada recuerdo que surgía no era una huella lejana, sino una irrupción en el instante, como si el tiempo se doblara y revelara una simultaneidad insospechada. Se sentía a la vez la niña curiosa, la adolescente paralizada y la mujer de hoy, reunidas en una misma experiencia.

Esta experiencia sacudía su percepción del tiempo. Este ya no se le presentaba como una línea continua, sino como una invención mental, una forma de estructurar lo que la conciencia no puede abarcar de una sola vez. El recuerdo se convertía en un puente hacia una dimensión donde todo coexiste.

A pesar de esta comprensión incipiente, una parte de ella aún se resistía. Los recuerdos seguían cargados de emoción, como si realmente pertenecieran al pasado. Y, sin embargo, otra parte lo sabía: no se trataba de un retorno, sino de un solapamiento, una superposición de instantes.

Aún no ponía palabras definitivas a esta revelación. Pero una duda fértil había echado raíces: el pasado ya no estaba atrás, estaba ahí, paralelo, vivo.

En esa confusión se abría una suave evidencia: el tiempo no era más que un decorado en movimiento. Detrás de él, se revelaba una presencia más vasta —ese silencio suspendido que todos hemos conocido, esos instantes de eternidad en los que todo se detiene, sin razón. Y en ese

espacio fuera del tiempo, todo parece reunirse en un solo aliento: el nacimiento, la muerte, los recuerdos y el presente.

De esa confusión brotaba una belleza trascendente —no una belleza que se contempla, sino una belleza en la que se participa plenamente de lo que se manifiesta. Una visión clara, silenciosa, que ilumina el instante.

El islote solitario como punto de anclaje

A pesar de la riqueza de las veladas de trance tántrico compartidas con la comunidad que conoció en Cachemira y con la que se reencontró en París, Léonie sentía a veces de soledad. Esos momentos de exploración colectiva de la energía, de danzas extáticas y de silencios compartidos alimentaban una parte esencial de su ser, pero no siempre bastaban para apaciguar esa necesidad más íntima, más singular, de una conexión profunda.

Le gustaba dejarse llevar por el impulso vibrante del grupo, sentir cómo su cuerpo y su aliento se unían a los de los demás en un ritmo común, en una suspensión del tiempo. Esa disolución momentánea de los contornos del ego, esa comunión sin palabras, despertaba en ella un recuerdo de unidad, una sensación de fluidez y apertura. Y, sin embargo, en lo más profundo de esa euforia compartida, subsistía un anhelo más sutil, más denso: el de un vínculo personal, de una mirada que la reconociera más allá de la experiencia, en la continuidad de un corazón a corazón silencioso.

Sus amistades parisinas, por muy sinceras que fueran, a veces le parecían desfasadas. Quería a Sophie y a Claire, pero sentía que se instalaba una distancia, una incomodidad a la hora de compartir con ellas el contenido de sus experiencias sin que surgieran inquietudes o incomprensiones. Lo que vivía ahora no era ni exotismo ni un camino marcado. Era una transformación interior, profunda, que escapaba a las palabras y a los marcos habituales.

Incluso en el seno de la comunidad tántrica, a pesar de las miradas bienveientes y los intercambios sutiles, persistía una soledad. No la de la exclusión, sino la del individuo en camino, inmerso en un mundo donde la espiritualidad se vive en comunidad, pero donde la integración se produce en soledad. Tras la efervescencia de los trances, acogía la resonancia de esas experiencias, escuchando el oleaje de sensaciones y emociones.

Aprendía a habitar esa soledad de otra manera. Ya no como un vacío que llenar, sino como un espacio de escucha, de maduración, de retorno a sí misma. En ella encontraba una forma de paz, una lentitud saludable en medio del tumulto de las múltiples conexiones. Comprendía que todo encuentro verdadero surge primero de esa armonía interior, de esa capacidad de estar presente en uno mismo.

Y, sin embargo, un deseo permanecía. No el de una fusión o de una plenitud, sino el de una resonancia compartida. Soñaba con una relación en la que la sensualidad no fuera más que un aspecto de una intimidad más amplia, hecha de transparencia, de escucha profunda, de respeto mutuo por los silencios y los impulsos.

Avanzaba así por esa cresta, entre la libertad y el deseo de vínculo, entre la inmersión colectiva y la soledad creativa. No buscaba llenar el vacío, sino reconocer aquello que, en su interior, aún anhelaba un encuentro más singular. Ya no confundía las intensidades compartidas con la profundidad de un vínculo duradero. Había aprendido a discernir las afinidades verdaderas de las resonancias efímeras.

Su cuerpo, su sensibilidad afinada, su conciencia ampliada se convertían en sus guías. Dejaba que los encuentros surgieran sin forzar, abierta a lo que viniera, sin expectativas pero con disponibilidad. Ahora sabía que la verdadera intimidad solo se invita a sí misma cuando dos presencias se reconocen en su vulnerabilidad y su plenitud.

Así que continuaba su camino. El islote solitario que llevaba en su interior no era un refugio, sino un punto de anclaje. Una presencia silenciosa y preciosa en el corazón del océano compartido de sus experiencias. Allí donde el deseo se convierte en escucha, donde el vínculo se transforma en ofrenda, y donde el ser puede florecer sin perderse.

La fractura silenciosa

A la soledad que estaba aprendiendo a domesticar se sumó una tensión más difusa, más difícil de nombrar, pero cuya presencia se hacía tangible. Al principio imperceptible, se insinuó en las miradas que se demoraban demasiado, en la presión prolongada de una mano durante un ejercicio en pareja, en ciertos cumplidos susurrados con una calidez ambigua. Léonie, aún envuelta en la claridad que había traído de Cachemira, había descartado al principio esos signos, atribuyéndolos a la densidad natural del contexto parisino.

Pero el ambiente cambiaba. Alrededor de un hombre de elegancia fluida y palabra segura —Éric— se formaba un pequeño círculo. Sus palabras tomaban prestado el vocabulario del tantra, pero parecían desviar su orientación. Hablaba con fervor de «la unión de las polaridades», evocando la liberación de los deseos como camino hacia lo absoluto. Poco a poco, sus propuestas se volvían más carnales, sus sugerencias teñidas de una intensidad física que desestabilizaba a varias participantes.

Una noche, al salir de un taller, una joven —Chloé— se le acercó tímidamente. Tenía la voz baja, los gestos temblorosos.

—Me dijo… que el verdadero tantra era llegar hasta el límite de lo que se siente. Que mis barreras no eran más que mi mente. Pero yo, Léonie, yo… no me sentía bien.

Esas palabras bastaron. Léonie lo supo. La ambigüedad ya no era un escalofrío. Era confusión, y tal vez manipulación. Así que habló. Reunió a los miembros del círculo un domingo por la tarde. El ambiente era acogedor, las manos alrededor de tazas tibias, las miradas perdidas. Habló de la vigilancia, de la necesidad de una conciencia presente en cada gesto, en cada respiración. Recordó que el despertar no es la disolución de los límites, sino la presencia ante lo que estos revelan.

Éric, sentado al margen, intervino con esa media sonrisa que ella conocía demasiado bien.

— Intelectualizas demasiado, Léonie. El cuerpo no miente. La unión vivida plenamente, eso es la verdad. ¿Por qué querer siempre enmarcarlo todo?

El grupo se tensó. Algunos miraban sus manos. Otros fijaban la vista en la ventana. Una línea invisible se trazaba en la sala.

—El tantra que comparto —dijo ella con calma—, no es un abandono al deseo, sino un viaje. No es intensidad lo que buscamos, sino una calidad de presencia.

En los días siguientes, las grietas se agrandaron. Las risas se desvanecieron, las miradas se volvieron cautelosas. Se cernía un extraño nerviosismo. Chloé se alejó, otros también. Los que quedaban alrededor de Éric parecían exaltados, como embriagados por una promesa de emancipación que tenía sabor a vértigo.

Luego llegó la noche en que todo cambió. Éric habló ante todos, con un tono más cortante, una postura conquistadora.

— Léonie, lo estás frenando todo. Estás frenando la vida. Nosotros vamos a seguir de otra manera.

Ella no respondió. No de inmediato. Un fuego silencioso la habitaba. No era ira desatada, no. Algo más profundo. Una lucidez. Una herida antigua, tal vez, tocada allí, en el mismo espacio que ella quería preservar.

Ella lo miró. Durante un buen rato. Y simplemente asintió con la cabeza.

Se marcharon. Llevándose consigo su propia versión de lo sagrado.

El silencio que siguió fue denso. Pero no estaba vacío. Léonie sintió que un nuevo aliento la habitaba. Una claridad interior. No había cedido. Tampoco había huido. Había resistido. No en la reacción, sino en la fidelidad a lo esencial.

Aquella noche, se quedó sola. Se sentó durante un buen rato en la sala, ahora vacía. La luz era suave, casi dorada. Y en aquella soledad, comprendió algo fundamental: ciertos momentos exigen que uno esté solo, no para aislarse del mundo, sino para no traicionarse a uno mismo.

El santuario que había querido crear a su alrededor se había desmoronado. Pero el que llevaba dentro, ese sí,

acababa de fortalecerse. Ya no dependía de los demás. Se había convertido en aliento, en ancla, en exigencia.

Léonie se levantó, lentamente. Sabía que lo que vendría después no sería más sencillo. Pero sería más justo. A partir de ahora caminaría con esa parte de sí misma que acababa de nacer: la que ve con claridad, incluso en la niebla. La que sabe decir no, sin cerrar el corazón.

La danza solitaria del Chi

La ruptura dentro del grupo parisino había dejado en ella una estela de fuego. No una quemadura de ira o de dolor, sino una energía que había quedado en suspenso, sin emplear. Algo en ella reclamaba otro terreno de expresión. Una pulsación. Un impulso interior. No para curar una herida, sino para desplegarse de otra manera.

Se volcó en las artes marciales.

No como quien se inicia en una disciplina. Más bien como quien se deja llevar por una llamada. No buscaba ni el combate, ni la actuación, ni protección. Veía en ellas un espacio para afianzar su verticalidad interior, para encontrarse con otra faceta de sí misma: el arraigo, la claridad, el impulso adecuado. Una forma de honrar su polaridad yang, no para dominarla, sino para habitarla.

No entrenaba en un dojo. Fueron los bosques, las playas, las cimas y las nieves los que la acogieron.

En el bosque, repetía katas lentos, casi ceremoniales. Cada gesto respondía a la respiración. Cada pie posado sobre el musgo o la raíz buscaba un arraigo. Sus brazos esculpían el aire como quien traza un ideograma invisible. El suelo bajo ella resonaba en su pelvis, ese mismo centro energético que había despertado en Cachemira, no como un recuerdo, sino como una fuente que no había dejado de manar.

Frente al océano, en playas desiertas, sus movimientos se ampliaban. Seguía las ondulaciones de las olas, la respiración del viento, la inmensidad del cielo. Sus gestos se volvían más circulares, como si bailaran con los elementos. La arena ralentizaba sus pasos, la luz calentaba su piel, y su chi, esa fuerza silenciosa, parecía levantarse en su interior como una marea. No había espectadores. Ningún papel que desempeñar. Solo ella, viva, desinhibida.

En la montaña, el cuerpo se convertía en oración. El ascenso en sí mismo era un kata. Cada paso afirmaba una presencia. Y cuando llegaba a la cima, sin aliento, entraba en la forma con una simplicidad desnuda, entregada al viento y al espacio. El silencio de las alturas amplificaba sus gestos, como si la propia montaña recibiera su intención.

Bajo la nieve, todo se ralentizaba aún más. La textura del suelo, el aire helado, el eco amortiguado de sus propios movimientos hacían que cada secuencia fuera más densa, más íntima. No luchaba contra el frío: se fundía con él. Sentía el calor de su vientre, de su corazón, irradiando en ese blanco silencioso. Se producía una alquimia entre el esfuerzo y la suavidad, el rigor del gesto y la flexibilidad de la escucha.

Poco a poco, surgía una nueva forma de sensualidad. Nada expuesto. Nada que demostrar. Solo un vínculo, inmediato y profundo, con el cuerpo que se expresa, la energía que circula, el instante que se despliega. Una potencia tranquila, libre de toda mirada. Una danza interior que no

buscaba ni al otro, ni un objetivo, sino que encarnaba plenamente en lo que se había convertido.

El Chi que ascendía en su interior no era una fuerza que debiera dominar, sino un impulso al que acompañarse. Una caricia invisible en el hueco del gesto, una presencia que tomaba forma en la acción. Lo que el Cachemire había iniciado, la naturaleza y el movimiento lo profundizaban.

Los espejos de lo íntimo

La transformación de Léonie no pasaba desapercibida. En París, sus amigas de siempre, Sophie y Claire, observaban sus silencios, sus gestos más pausados, su luz discreta — como se intuye un cambio sin poder siempre nombrarlo.

Sophie, el espíritu analítico del trío, siempre anclada en lo tangible, había acogido al principio el viaje a Cachemira con cierta perplejidad. Ese desvío por los caminos de la espiritualidad, ese deslizamiento hacia una sensualidad asumida, le parecían casi ajenos. Respetaba el camino de Léonie, e incluso a veces admiraba la paz que parecía emanar emanar de ella. Pero le costaba encontrar en esa nueva Léonie a la amiga de antes, con quien compartía certezas tranquilizadoras y análisis claros. Se había instalado una distancia, leve pero real, como si Léonie hubiera dado un paso al costado, un paso que Sophie aún no se había atrevido a seguir. Y la disolución del pequeño círculo tántrico donde se habían conocido, con sus rituales y sus confidencias, le había dejado una nostalgia que no se atrevía a nombrar.

Claire, más intuitiva, más receptiva, vivía la metamorfosis de Léonie con una sensibilidad diferente. Percibía la apertura, la nueva respiración que atravesaba a su amiga. Algo se había liberado, una corriente más suave, más densa, como una música interior que se había vuelto audible. Claire no envidiaba, pero se hacía preguntas. Su propia sensualidad, aún tímida, a veces entorpecida por restos de pudor o inquietud, parecía querer florecer, pero aún tropezaba con impulsos contradictorios. Las

meditaciones que Léonie ofrecía en línea le hacían bien, pero ella soñaba con calor físico, con un hombro, con un aliento, con una mirada prolongada. Lo que intuía en Léonie era una forma de ser —libre sin ostentación, presente sin esfuerzo— que despertaba en ella un deseo difuso: el de reunirse consigo misma.

Cuando las tres mujeres se reunían, alrededor de una comida improvisada o de una infusión en el alféizar de una ventana, se producía algo sutil. Las palabras circulaban, a veces torpes, a veces acertadas. Los silencios también. Sophie hacía preguntas concretas, intentando comprender sin juzgar. Claire flotaba entre percepciones y emociones. Y Léonie, simplemente, contaba. No para convencer, sino para expresar lo que había vivido. No hablaba de Cachemira como de un santuario, sino como de un espejo tierno: un reflejo inesperado de lo que cada una ya lleva en germen.

Esos momentos, mucho más que simples reencuentros, se convertían en espacios de escucha profunda. Cada una encontraba allí motivos para verse de otra manera. Sus diferencias ya no eran fronteras, sino reflejos cambiantes. Sophie buscaba la solidez, Claire el impulso, Léonie la unidad. Y era en esa triangulación de apariencia inestable donde su vínculo encontraba su verdad.

No había método, ni modelo a seguir. Solo la presencia, desnuda. Solo la amistad, frágil y fuerte, capaz de contener las vacilaciones, las distancias, los silencios.

Este capítulo de su vínculo no era espectacular. No se recitaba. Se escuchaba. Tres mujeres, de pie en sus vidas. Tres espejos, devolviendo a la otra lo que aún no podía ver por sí misma. Un lento reconocimiento, sin prisas. Una intimidad en movimiento.

Retomar el hilo

El mensaje de Antoine había aparecido en su pantalla como una suave vibración del pasado.

«Léonie, ¿estás libre? Me gustaría volver a verte. ¿Frente a Notre-Dame, el sábado a las 15:00?»

Unas pocas palabras sencillas, pero cargadas de un peso discreto. Una voz antigua que buscaba recuperar el aliento.

No había tenido que pensarlo. No era una decisión. Era un estremecimiento. Algo que recordaba en su interior, más profundo que el pensamiento. Ese hilo que creía haber dejado flotar al viento, sin haberlo cortado nunca.

El sábado llegó con un suave resplandor. París despertaba con las primeras caricias de la primavera, y en la plaza de Notre-Dame, la luz misma parecía nueva. La catedral, restaurada, erigía su misterio en el aire límpido. Léonie se encontraba allí, abierta, vulnerable, pero sin expectativas. Simplemente presente, como se está ante algo grande y sencillo.

Entonces llegó él.

Antoine.

No había cambiado. O tal vez era su mirada la que veía de otra manera. El mismo cuerpo, los mismos gestos, pero atravesados por una tranquila modestia. Se acercó, y cuando sus miradas se cruzaron, el silencio se hizo carne.

Una sonrisa fugaz, un abrazo al principio tímido, luego más cálido. Como si los cuerpos, a pesar del tiempo, se reconocieran. Sin pretensiones. Sin defensas.

Caminaron.

No para huir del pasado, sino para acogerlo en movimiento. Sus pasos los llevaron a los muelles del Sena, donde el mundo murmura suavemente sin molestar jamás. Entre las barcazas, las risas, las piedras antiguas, un espacio flotaba a su alrededor, frágil, denso. No había palabras que llenar. Solo ese silencio pleno.

Léonie lo rompió suavemente.

Habló del Cachemira. De los gestos lentos. Del hilo entre los dedos. De la presencia nacida del silencio. De la escucha en el aliento. De esa nada que se convierte en todo cuando se toca de verdad. Y de él. Siempre un poco de él, allá. No como una herida, sino como un lugar que ha quedado vacío. Una respiración incompleta.

Antoine no respondió. Simplemente le apretó la mano. Y ese gesto bastó. Todo pasaba allí. En la palma cálida, ofrecida, en ese vínculo retomado sin ruido.

Cruzaron la pasarela de las Artes. Los candados en las rejas brillaban al sol —promesas oxidadas, ecos de otras ternuras. No los necesitaban. Nada que grabar, nada que congelar. Solo ese momento suspendido.

Luego vino “la Cour Carrée”, los arcos, la piedra y la transparencia entremezcladas. Léonie siguió hablando, a retazos. Los cantos en los monasterios, las noches de silencio, la luz sobre la piel. Y siempre, ese pensamiento fugaz de Antoine, como un hilo discreto entre los instantes.

Él la escuchaba. No para responder. Sino para estar allí. Por completo.

Cuando llegaron a las Tullirías, una fiesta estaba en pleno apogeo. Los colores vivos, los gritos de los niños, los globos en el aire parecían surgir de otro mundo —y, sin embargo, todo eso también formaba parte de su historia. Antoine se detuvo junto a un tiovivo. El mismo que el de otros tiempos.

«¿Te acuerdas?»

Ella asintió. Una sonrisa de oreja a oreja, un brillo en los ojos. Compraron dos entradas. Subieron. Y allí, sobre los caballos de madera, el mundo giró suavemente a su alrededor. La ligereza recuperada. Nada que hacer, nada que decir.

Sus manos se buscaron. Se encontraron.

Quizá eso era, en realidad, reencontrarse: sentir que nada había desaparecido del todo. Que algunos hilos no se rompen. Se alargan, se adelgazan, se vuelven casi invisibles. Y un día, sin previo aviso, vuelven a vibrar. No por voluntad. Por evidencia.

Bajo el cielo de París, en el giro de un tiovivo de la infancia, Léonie y Antoine habían vuelto a encontrar el hilo.

La llamada silenciosa

Antoine nunca había sido un hombre ruidoso. Era una presencia discreta, de mirada clara, y un aliento tranquilo. A su lado, Léonie había encontrado una forma de espacio poco común: aquel en el que uno puede desplegarse sin miedo, respirar sin restricciones, ser sin justificaciones.

Él había sido esa roca flexible en la que ella podía apoyarse sin sentirse nunca sujeta. Con él, había comprendido poco a poco que la libertad no se conquista contra el otro, sino que se descubre en el seno de vínculos justos. Él no la retenía. La acompañaba. La dejaba ser.

Pero tras esa paciencia tranquilizadora, Antoine también llevaba consigo sus silencios. No los del drama, sino los de una educación contenida, de gestos comedidos, donde la emoción era algo privado, casi fuera de lugar. Había crecido en un mundo donde la ternura apenas se susurraba, donde se aprendía a mantenerse erguido más que a sentirse vivo. El deseo, en ese panorama, no se celebraba, sino que se dominaba, se enmarcaba, se reducía a un escalofrío discreto que no se nombraba.

Sus primeras experiencias íntimas habían sido vacilantes, como contenidas. Había en él una sed de abandono, un deseo de unión verdadera, pero cada paso hacia esa fusión se topaba con un dique invisible: el miedo a descubrirse, a entregarse sin armadura. El cuerpo se convertía en un lugar de esfuerzo más que en un espacio de escucha.
Cuando Léonie se marchó a Cachemira, Antoine observó primero su partida con admiración, luego con distancia.

Ese viaje, esa búsqueda —no sabía qué pensar de ella. La respetaba sin comprenderla. El universo en el que ella se había sumergido le parecía extraño, casi irreal. Aún no veía en ello el reflejo de un movimiento más amplio, aquel que, en silencio, también le inquietaba a él.

En ese vacío dejado por su ausencia, conoció a Sophie. Su vínculo nació suavemente, sin exaltación ni tensión, como un paréntesis tranquilo. Sophie encarnaba una forma de amor accesible, inteligible. No cuestionaba nada, acompañaba sin desestabilizar. Fue dulce y sencillo. Una pausa.

Y, sin embargo.

A pesar de esa tranquila ternura, algo quedaba en suspenso. Léonie, aunque lejana, seguía presente en él. No como una nostalgia, sino como una nota suspendida, una llamada interior. Pensaba en ella no con pesar, sino con esa singular sensación de un vínculo inacabado pero vivo, vibrante. Presentía que su relación no pertenecía ni al pasado ni a un proyecto por recuperar, sino a un espacio por habitar.

Cuando ella regresó, algo en él se movió de inmediato.

No era solo su mirada, más amplia, o su forma de portarse —más arraigada, más libre—. Era la energía misma que desprendía, esa forma de habitar su cuerpo con una dulzura plena, sin defensas. La redescubría, fascinado, atraído por lo que en ella había cambiado. Y al mismo tiempo, sentía

que ese cambio resonaba con algo que él también llevaba dentro, pero que, hasta entonces, no había encontrado voz.

Su acercamiento fue casi silencioso. Sin palabras. Solo el lento reconocimiento de un espacio compartido. Antoine no tenía palabras para nombrar lo que se abría en su interior. Ya no buscaba comprender: sentía.

Su intimidad, a partir de entonces, ya no era solo un acercamiento de los cuerpos. Era un acercamiento mutuo, en el que Antoine, a su ritmo, iba dejando atrás sus antiguas armaduras. No había enseñanza, ni imitación. Solo una presencia que le invitaba, por el poder del ejemplo, a abrirse a sí mismo.

Sophie, entonces, se alejó. Naturalmente. No hubo ni ruptura ni conflicto. Ella había sido una complicidad en una noche incierta. Pero la llamada que ahora oía provenía de otro lugar. No de la dulzura, sino de la verdad. No de una comodidad, sino de una travesía.

Y fue allí, en esa travesía, donde Antoine comprendió: amar no era fusionarse, ni poseer, ni siquiera protegerse. Amar era dejarse tocar, en lo más íntimo. Era acercarse a uno mismo a través del otro. Descubrirse no para complacer, sino para ser auténtico.

Ya no era una búsqueda.

Era un deslizamiento.

Y en ese deslizamiento, por fin oía la llamada. No un grito.
Una vibración. Una invitación muda.
La llamada silenciosa del amor.

Lo íntimo revelado

Léonie había vuelto a ver a Antoine. Su reencuentro se había producido sin ruido, impulsado por esa extraña evidencia de que nada debía explicarse. Cada uno había recorrido su camino. No retomaban donde lo habían dejado: se reencontraban en otro lugar, desplazados, transformados.

Entre ellos había una curiosidad serena, una mirada nueva posada en el otro. Se descubrían con la delicadeza de quienes no buscan poseer, sino sentir. Léonie, esta vez, ya no estaba en espera. No esperaba nada, no se protegía de nada. Estaba allí, íntegra, entregada al instante, sin planes.

Antoine, por su parte, la contemplaba con una especie de gratitud muda. Percibía sin palabras lo que había cambiado en ella. Una apertura, una suave soberanía. No buscaba comprender. La acogía.

Sus cuerpos se acercaron como quien se acerca a un manantial: con respeto, con lentitud. Nada fue precipitado y, sin embargo, todo estaba ahí. Sus gestos, sencillos, parecían cargados de un recuerdo antiguo. Las manos que se reencuentran. Las miradas que se sostienen.

El beso, cuando llegó, no fue una ruptura, sino una continuidad. Nació de un silencio compartido, de un consentimiento difuso. Cada contacto era una escucha, cada roce un espacio cedido al otro.

Léonie se vivía plenamente, en la acogida de sus propias sensaciones. No había esfuerzo, ni contención, ni siquiera abandono. Solo la presencia desnuda, en lo más sutil de sí misma.

Lo sagrado no provenía de un ritual, sino de la mirada que se dirigían el uno al otro —sin expectativas, sin miedo. Solo una mirada que ve.

En ese momento, Léonie ya no buscaba ser amada. No necesitaba que la tranquilizaran. Ella era.

Y en ese ser, podía amar.

Incluso aquí, en esta ciudad que había creído incompatible con su profundidad. Incluso entre estas paredes, testigos de sus antiguos temores. Nada se había borrado, pero todo se había transfigurado.

El silencio tras las formas

El confinamiento en París había paralizado al principio el mundo de Léonie. Todas sus actividades estaban suspendidas. El cuerpo, habitualmente espacio de conexión, parecía haber perdido su lugar en este mundo repentinamente aséptico. Pero en esa inmovilidad forzada, algo se había abierto. Un soplo inesperado, transportado por las ondas digitales, la había invitado a otro lugar: hacia una escucha más interior, más sutil.

Empezó por proponer meditaciones guiadas a sus amigos parisinos. Una forma de mantenerse en contacto, a pesar de las pantallas. Pero muy pronto sintió la necesidad de alimentar su propia búsqueda. Así fue como descubrió los satsangs en línea, esos espacios de intercambio silencioso en torno a la no dualidad, donde los maestros transmitían un mensaje sencillo y despojado.

Una noche, se conectó a una reunión dirigida por un hombre llamado Jérémie. Su mirada serena, su voz tranquila y esa forma de no intentar convencer de nada la conmovieron profundamente. No hablaba de técnicas, ni de caminos, y mucho menos de progreso. Hablaba de un giro. De una mirada hacia la fuente misma de toda percepción. Una invitación a reconocer aquello que, en nosotros, nunca cambia.

Evocaba la ilusión de la separación, esa creencia de ser un individuo distinto, cuando en realidad todo descansa sobre una conciencia única. Sus palabras no buscaban seducir;

revelaban, como si señalaran lo que Léonie intuía desde hacía tiempo, sin haberlo formulado nunca.

Al final del satsang, Jérémie abrió un turno de preguntas. Impulsada por un suave impulso, Léonie tomó la palabra. Su voz, ligeramente temblorosa, se alzó: —¿Cómo superar este sentimiento de estar separada? ¿Cómo sentir realmente esa unidad de la que hablas?

Jérémie la miró a través de la pantalla.— Esa pregunta es esencial. No requiere una respuesta, sino que se escuche. Hizo una pausa.— Maharshi decía: «En lugar de buscar ser uno con todo, descubre primero quién es ese "yo" que se siente separado». Vuelve a la raíz misma del pensamiento «yo».

Explicó que cada pensamiento —«estoy cansada», «estoy preocupada», «soy Léonie»— aparecía sobre un fondo silencioso, vasto, anterior a toda identificación. La invitación estaba ahí: no buscar una verdad futura, sino volver una y otra vez a esta simple pregunta: «¿Quién soy, en verdad? » No para encontrar una respuesta, sino para dejar ir lo que no lo era.

En los días siguientes, Léonie se instaló en esa escucha. No como una disciplina, sino como una presencia. Los pensamientos seguían surgiendo. «Soy una mujer», «Soy masajista», «Soy alguien que busca». Pero cada vez, volvía a la pregunta: «¿A quién se le aparece esto?». Se producía un sutil cambio. Los pensamientos pasaban como nubes; algo, detrás, permanecía inmóvil.

A veces, en el silencio de su apartamento, aparecía una paz nueva. Fugaz, pero real. Un desvanecimiento de la sensación de separación. No un éxtasis, sino una simplicidad desnuda. Como si el mundo, de repente, ya no necesitara ser comprendido. Se sentía incluida, no como un rol, sino como una presencia. Una escucha. Una parte del todo.

El confinamiento, poco a poco, dejaba de ser un encierro. Se convertía en un espacio. Como un ashram invisible, sin muros, sin maestro, sin rituales. Solo una disponibilidad. El cuerpo, también él, ya no necesitaba ser transformado ni comprendido. Bastaba con habitarlo. Con sentirlo respirar.

La pregunta «¿Quién soy?» dejaba de ser una búsqueda. Se convertía en silencio. Un silencio vasto, vivo, sin nombre. Y en ese silencio, Léonie sentía por fin que no estaba separada de nada.

Allí donde el mundo ya no es un obstáculo

Léonie había comprendido una verdad simple pero profunda: la felicidad no era un destino lejano, sino una presencia en cada instante, una *buena hora* vivida plenamente. Poco importaba el lugar —las montañas sagradas de Cachemira o el tumulto familiar de París—; lo que contaba era esa capacidad de estar allí, plenamente consciente, anclada en el aliento del instante.

Ya no esperaba nada. Ya no buscaba convertirse en algo. La intuición, antes mezclada con la duda, se había convertido en pura escucha. El corazón, durante mucho tiempo fragmentado entre impulsos, heridas y sueños, se había unificado en una paz sin objeto.

Tras el punto de inflexión —ese punto sin retorno en el que la idea de un «yo separado» se había disuelto en la evidencia del ser—, se había retirado, sin premeditación, a las puertas del Tíbet. Allí, en una ermita de piedra azotada por los vientos, permaneció sola durante largos meses. El mundo continuaba, por supuesto. Pero ya no había separación entre ella y lo que este expresaba.

No meditaba para alcanzar nada. Simplemente se sentaba, en el silencio del cuerpo y de las montañas. El tiempo ya no era una línea. Cada día, cada aliento, era un mundo entero.

En París, su presencia seguía siendo palpable. Como una huella dejada en el tejido invisible de las cosas. Antoine, sobre todo, aún llevaba consigo esa resonancia. Algo en él

se había hendido, abierto, dilatado. No sabía cómo, pero la pregunta de Léonie lo habitaba ahora: *¿Quién soy?*

No había intentado comprenderlo. Pero a veces, en el espacio entre dos pensamientos, aparecía una extraña paz. Una ausencia de carencia. Una alegría sin motivo.

Presentía que volvería a ver a Léonie. No necesariamente en forma de rostro, sino como quien encuentra una fuente en lo más profundo de sí mismo. No la buscaba, pero lo sabía.

Léonie, por su parte, había abandonado la ermita sin motivo. Como un pájaro que vuelve a alzar el vuelo cuando el aire lo llama. No tenía ni rumbo ni misión. Iba adonde se hacía sentir la invitación: un círculo de intercambio a orillas de un lago, un encuentro mudo en un callejón de Kioto, una mirada intercambiada en un tren sin destino.

A veces hablaba. Pero nunca para enseñar. Otras veces permanecía en silencio. Su presencia bastaba. Lo que decía no tenía ni método ni forma. No prometía nada. Simplemente señalaba lo que es.

Cuando se le preguntaba, se reía suavemente. «Aquí no hay nadie», decía. Y no era ni místico ni provocador. Era solo la expresión sencilla de una verdad: el «yo» ya no era un centro. Solo un paso.

Solo un nombre en el viento.

¿Léonie? Ya no era una identidad. Era un soplo. Un eco. Una silueta danzante en el espejo del mundo.

Y, sin embargo, por donde pasaba, se posaba la paz. No porque quisiera sanar. No porque supiera. Sino porque ya no era un obstáculo.

Ya no era una forma en el mundo. Era aquello en lo que el mundo se manifestaba.

Bibliografía

André Christophe, Meditar, día tras día
Aristóteles, La metafísica
Baret Eric, Del abandono
Betty, La frescura del instante
Byron Katie, Amar lo que es
Calmar Jérôme, El despertar según el Chan
Dalái Lama, El arte de la felicidad
Dickinson Emily, Lugar llamado eternidad: Poemas seleccionados
Fromm Erich, El arte de amar
Khalil Gibran, El profeta
Jung C. G., Psicología y alquimia
Krishnamurti J., La plenitud de la vida
Lao Tzu, Tao Te Ching: El Camino, La Vía
Lucille Francis, El sentido de las cosas
Maharshi Ramana, La luz del Ser
Sri Nisargadatta Maharaj, Yo soy Eso
Nyanaponika Thera, Satipatthana
Proust Marcel, En busca del tiempo perdido
Rilke Rainer Maria, El libro de las horas
Rogers Carl, El desarrollo de la persona
Rousseau Jean-Jacques, Emile o de la educación
Rumi Jalal-ud-Din, Mathnawi, la búsqueda de lo Absoluto
Spira Rupert, La transparencia de las cosas
Tolle Eckart, El poder del momento presente
Watts Alan, Sobre el tabú de saber quién eres

El canto del instante

El viaje de Leonie

Leonie recorre lugares — Cachemira, París, la ermita silenciosa— encuentros, miradas, suspiros.

Recorre los caminos, pero lo que busca no está en ninguna parte, pues todo está ya ahí, en el estremecimiento del instante.

El canto del instante no es una historia que seguir, ni una búsqueda que completar.

Es una presencia que atravesar.